ELISABETTA FALDI

# QUANDO SI MANGIAVANO LE CICOGNE...

## PIACERI, FASTI E FAME NEL MEDIOEVO A PRATO E IN TOSCANA

PREFAZIONE DI FRANCO CARDINI

mfp maria pacini fazzi editore

*A mio figlio Leonardo Giovanni e a tutti i ragazzi d'oggi, incantati da cibi che sembrano pensati per il paese dei balocchi da una miriade di «acchiappacitrulli». Nella convinzione che, educando le giovani generazioni ad una alimentazione che li faccia crescere in salute, si insegni a scoprire i piaceri della tavola, le nostre tradizioni storiche e, perché no, a crescere anche in cultura.*



*Si ringrazia l'Istituto Internazionale di Storia Economica «Francesco Datini» per i suggerimenti bibliografici.*


Via dell'Angelo Custode, 33 – 55100 Lucca
www.pacinifazzi.it
mpf@pacinifazzi.it

*Printed in Italy*


ISBN 978-88-6550-208-2

ELISABETTA FALDI

# *Quando si mangiavano le cicogne...*

## Piaceri, fasti e fame nel Medioevo a Prato e in Toscana

### la cultura della cucina nei primi ricettari in volgare

*IL CODICE RICCARDIANO*

Prefazione di Franco Cardini



maria pacini fazzi editore

WAs du dir nit wöllest beschehen werdẽ ·dz thů auch keinem anderen· daruon hat vnß der meyster ein sölche fabel gesetzet· ¶ Ein fuchs der hat einen storcken zů dẽ nachtmal do er kam setzet er nit ander speiß für in· dann ein dün-

FRANCO CARDINI

# PREFAZIONE

Al giorno d'oggi, tutto quel che riguarda l'alimentazione va di moda. Non si tratta soltanto di dietetica o di gastronomia, ma anche di «strutture del gusto»: cioè di argomenti che per un verso toccano l'antropologia, per un altro la fisiologia. Che «ricetta» sia, tanto per dirne una, un termine comune tanto alla gastronomia quanto alla medicina, la dice lunga: mangiare e mantenersi sani è una scienza e un'arte, ma d'altronde nel nostro felice Occidente è sempre più comune che, invece, sia proprio mangiando che la nostra salute vien messa in pericolo. V'è comunque un fascino sottile nel mangiare e nel bere compagni inseparabili, è stato spesso detto, dell'amare, ma al tempo stesso a quel che pare invece ad esso alternativi; eppure, con esso, parte essenziale e integrante d'una *joie de vivre* che sono in pochi a seriamente e sinceramente contestare. «Viva le donne – viva il buon vino!», come proclama don Giovanni durante quella bella cena alla quale egli ha pur avuto la pessima idea d'invitare la statua marmorea del Commendatore.

Oggi l'arte/scienza della preparazione, della conservazione, della presentazione e del consumo del cibo si studia con grande serietà: non solo dal punto di vista dei valori nutrizionali e di usi e tradizioni di tipo gastronomico, ma anche, appunto, da quello delle «strutture del gusto», come ci hanno insegnato grandi studiosi quali Jean-Louis Flandrin, Odile Redon e Massimo Montanari.

E, proprio a proposito di ciò, è sempre più comune chiedersi come si mangiasse, si bevesse e, perché no? si digerisse e si metabolizzasse – e magari, per contro, si digiunasse – in quel tempo «tanto-vicino-eppur-tanto-lontano» che noi siamo abituati a chiamare medioevo e che bisogna di continuo lottare per far uscire dalle brume del mito o dalle nebbie dei ricorsi

scolastici, per riportarlo alla vivezza della storia che oggi sembra tanto andar di moda e interessare a livello degli stessi *mass media*, ma sottraendolo – e non è sempre facile – all'abuso e all'anacronismo. Niente insomma medioevo con banchetti a base di cinghiali tipo Asterix o di cervi interi tipo foresta di Sherwood come nei film su Robin Hood alla Hollywood Anni Cinquanta: eppure, se andiamo un po' in giro per le nostre simpatiche saghe «medievali» che fioriscono in ogni dove nelle città e nei paesi italiani, specie d'estate, ci rendiamo conto di come certe fantasie tra il goliardico e il brancaleonico siano dure a morire. E allora, che si fa? Ci s'impegna per trasformare un'allegra mangiata in un noioso seminario filologico? Via, non scherziamo. Eppure, qualcosa di serio e al tempo stesso di divertente si può fare.

Cominciamo da alcuni punti fermi. Noi diciamo «medioevo», ma in tal modo indichiamo un periodo lungo un millennio nel quale accaddero molte cose. Certo i costumi alimentari mutarono alquanto a partire dal IV-V secolo, a causa dell'arrivo nella *pars Occidentis* di popolazioni provenienti dal nordest europeo, con alle spalle un passato di pastori nomadi e abitudini a cibi più ricchi di grassi e di proteine; fu allora che i grassi animali s'imposero sulle mense a scapito dell'olio. È inoltre risaputo che l'alimentazione dei secoli precedenti il X-XI era in genere più ricca e varia di quella dei due-tre secoli successivi, allorché l'incremento demografico generalizzò l'uso prevalente dei cereali a spese tuttavia della cacciagione e dei prodotti del bosco, del sottobosco e della palude in quanto disboscamenti, bonifiche e usi feudali – con tutte le limitazioni per i ceti subalterni – congiurarono a far sparire dalla tavola specie dei contadini una quantità di alimenti sostituiti con il pane di frumento o d'orzo o di segale. La poco variata dieta del contadino tra XI e XIV secolo lo avrebbe reso particolarmente esposto alle epidemie, a causa delle difese naturali abbassate: lo si vide nella peste del 1347-50.

Infine, dall'XI secolo circa, i sempre più stretti contatti con l'Oriente portarono sulle tavole una grande quantità di spezie e di condimenti prima sconosciuti, favorendo nuovi metodi di conservazione e di preparazione dei cibi e dando l'avvio a una

gastronomia nella quale ci si giovava di quanto si era appreso dalla cultura bizantina e da quella musulmana. In altri termini, dunque, si deve guardare alla storia dell'alimentazione come a una realtà dinamica, in continuo mutamento, oltre che come a una realtà distinta a seconda delle classi e dei ceti.

Si trattava inoltre di un'alimentazione caratterizzata da forti differenze non solo stagionali – com'è ovvio dato il mutar delle disponibilità con i diversi tempi dell'anno –, ma anche determinate dalle tradizioni e dal calendario liturgico: importanza quindi dei tempi «di magro» destinati all'astinenza dai cibi carnei e al digiuno (principalmente avvento e quaresima), ma anche della domenica e in generale delle feste; differenza qualitativa e quantitativa, dunque, tra cibo «festivo» e cibo «quotidiano», secondo una consuetudine tradizionale rimasta del resto viva tra noi fino ad alcuni decenni or sono.

È noto l'aforisma di Feuerbach: «l'uomo è ciò che mangia». Grande verità: che tuttavia si potrebbe rovesciare nel suo contrario: «l'uomo mangia ciò che è». L'essere umano si alimenta in modi che rispecchiano i suoi sistemi mentali e religiosi, cioè propriamente culturali: il rifiuto da parte cristiana della *kasheruth* biblica ha comportato tuttavia alcuni limiti – divieto di mangiare animali morti per certe cause oppure uccisi da altri animali, di consumare carne umana eccetera – che di per sé non sono affatto «naturali», ma che rispecchiano bensì credenze e limiti di carattere rituale. Se i cristiani mangiano crostacei o molluschi o anfibi come le rane, diversamente da ebrei e musulmani ai quali questi animali sono vietati come alimento, essi trovano tuttavia dei limiti nel cibarsi di cani, di gatti o di insetti, cosa che non accade tra altre popolazioni. Un permesso o un divieto alimentare non sono mai il risultato di un discorso astrattamente «razionale», dal momento che la «razionalità» come valore assoluto non esiste: alimentazione e gastronomia non s'intendono se non in una prospettiva non solo storica ed evidentemente geoclimatica, ma soprattutto antropologica. D'altronde, la gente del medioevo mangiava sovente carne di delfino o di balena, magari considerandola «pesce»: ma non alle nostre latitudini.

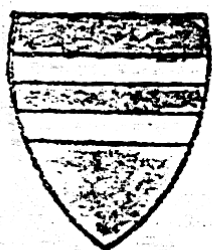
Né bisogna lasciarsi ingannare dalla «continuità» di certe tradizioni e consuetudini. Per esempio, il medioevo può sembrare molto vicino a noi quanto all'alimentazione ordinaria, ma è erede dell'antichità nel fatto che la sua cucina «alta», «festiva», non ama affatto né la semplicità, né la naturalità: regnano le cotture multiple (ad esempio le carni prima bollite quindi arrostite) e la trasformazione esteriore degli alimenti, un dato che il Rinascimento avrebbe ulteriormente esaltato: ad esempio la presentazione di carne bovina in modo che sembrasse pollame o pesce. Gli alimenti venivano inoltre colorati anche in modo molto vistoso. Si amava soprattutto il colore d'oro, fino a usare della vera foglia d'oro per gli alimenti (una consuetudine appoggiata alle tesi alchemiche secondo le quali l'oro e l'argento possedevano speciali virtù, come anche le perle disciolte nel vino). Ovviamente, sovente si usavano succedanei meno costosi. La fortuna dello zafferano anche nella nostra cucina moderna è dovuta al fatto che con esso si conferiva ai cibi un colore dorato.

Trionfava inoltre l'elaborazione estetico-simbolica. Ad esempio, nel cibo aristocratico del pieno medioevo – immaginiamo quindi la ricca tavola di un nobile fra XI e XIV-XV secolo – si mangiano cose che non sono particolari ma che hanno un forte significato sotto il profilo dei simboli: per esempio il quarto anteriore destro del grande animale oggetto di caccia nobile, quindi la spalla anteriore destra del cervo, o dell'orso, o del cinghiale, o di volatili come le gru, le cicogne, i cigni, i pavoni. Non è che la spalla anteriore destra sia migliore di altri quarti di macelleria: anzi, senza dubbio i quarti posteriori sono più gustosi; però domina qui un elemento di rigorosa analogia con l'araldica: quello che sta in alto è più nobile di quello che sta in basso, quello che sta a destra è più nobile di quello che sta a sinistra eccetera. Ed ecco che *noblesse oblige*, e alla pesantezza o al carattere indigesto di certe carni si supplisce con ulteriori artifizi. La frollatura anzitutto; quindi le cotture multiple; infine l'uso di salse forti, piccanti, elaborate, a base di pepe o di senape, con un rapporto tra dolce e salato e tra dolce e piccante la sintassi del quale è molto diversa da quanto da noi hanno imposto le «rivoluzioni gastronomiche» determinate nel Cinquecento dall'arrivo di nuovi alimenti dall'Asia, dall'Africa

e soprattutto dall'America, nel Settecento dalla semplificazione illuministica, nell'Ottocento dalla *grande cuisine* francese, quindi da altre rivoluzioni alimentari come la «cucina futurista», la *nouvelle cuisine* o l'insorgere delle mode relative alle cucine etniche.

Cibo del ricco, cibo del povero. Il contadino medioevale non si occupava troppo di quarti anteriori o posteriori. Anzi, la grande caccia sulla sua tavola di solito non arrivava.

Il cibo faceva infine, come s'è detto, parte dell'arte di star bene; la gastronomia è sempre anche dietetica. La salute poggiava nel medioevo sull'idea di equilibrio fra i diversi umori che abitavano il corpo umano: per la medicina d'origine ippocratica alla base di quelle credenze, bisognava che sangue, bile gialla, bile rossa e bile nera si bilanciassero e il cibo supplisse agli eventuali squilibri del corpo. Da qui la necessità di diete personalizzate, dove si stabiliva non solo la quantità degli alimenti da assumere, ma anche il loro rapporto a seconda che ciascuno di essi fosse «secco» o «umido», «caldo» o «freddo» (con un rapporto abbastanza simile, nel complesso, a quello cinese dello *yang-yin*).

Elisabetta Faldi, con l'aiuto di alcuni manoscritti contenenti illustri ricettari, quali il noto codice della Biblioteca Mediceo-Riccardiana di Firenze, confrontati con altre fonti anche cronistiche, letterarie, epistolari, novellistiche eccetera, ci fa entrare nel mondo dei gusti e delle abitudini alimentari soprattutto della Toscana e in particolar modo di Prato scegliendo come punto privilegiato per quanto non esclusivo di osservazione il basso medioevo, quindi il tempo tra XI e XV secolo. È ovvio che, per motivi di ricchezza e di qualità di documentazione, il Tre-Quattrocento finisca col far aggio sulle altre epoche, e che casa Datini divenga la protagonista di molte di queste pagine: tra le quali tuttavia affiora una vasta gamma di altri mondi, tra la montagna, il Bisenzio e l'area paludosa delle piane meridionali, verso l'Arno. Un libro che ci fa entrare nelle case dei ricchi ma anche in quelle dei subalterni urbani e dei contadini, dei laici ma anche dei chierici, e perfino nelle osterie con i loro piccoli e grandi segreti, i manicaretti preparati per gli ospiti tra i quali si distinguono le crostate, i pasticci e le diverse qualità e forme del «biancomangiare». Una gustosa avventura: è il caso di dirlo.

# TUSCIAE REGIONIS DESCRIPTIO, CASTELLORUM ATQUE VILLARUM QUAE FUERUNT COMITIBUS de PRATO VOCATIS ALBERTI, ALBERTINI IISDEMQUE COMITIBUS DE PRATO VERNIO, MANGONA, SEMIFONTE, ETC., SACRI ROMANI IMPERI PRINCIPIBUS, PALATINIS COMITIBUS ATQUE SACRI PALATII LATERANENSIS.

### *Misure di peso*

*La misura base per il peso era la libbra, di 12 once. Ogni oncia era di 24 denari e ciascun denaro di 24 grani. La libbra pratese corrispondeva a circa grammi 254,625.*

### *Monete*

*Nel Medioevo le monete in uso a Prato furono quelle di Lucca, Pisa e Firenze. La moneta lucchese ebbe corso fino a quasi tutto il XII secolo. Intorno al 1170 divenne prevalente l'uso della moneta pisana, e quella di Lucca fu del tutto abbandonata. La moneta fiorentina fu largamente adottata a partire dalla seconda metà del XIII secolo. Il gigliato pratese, battuto nel 1336, ebbe vita effimera; valse all'incirca 5 soldi e 6 denari di fiorini piccioli.*

PARTE PRIMA

# LA TERRA DI PRATO

La «terra di Prato», come la definiva anche il Boccaccio, nasce al cominciare dell'anno Mille. Così ci raccontano le antiche cronache.

In principio era un borgo e il borgo era presso un castello, e il castello era fra gli immensi possedimenti in Toscana che «fuerunt comitibus de *PRATO* vocatis Alberti», principi del Sacro Romano Impero, come si legge nei documenti, pressoché sconosciuti, appartenenti all'ultimo discendente di questa antichissima casata. Di origine longobarda o franca, gli Alberti erano nel XII secolo una delle più importanti stirpi feudali della Toscana, come possiamo vedere in una carta della regione in cui sono dislocati tutti i loro castelli e possedimenti. Il documento non reca date, ma possiamo risalire alla seconda metà di questo secolo, perché vi è attestata la conferma imperiale di Federico Barbarossa, avvenuta nel 1155, inoltre non può riferirsi a un periodo posteriore al 1202 siccome vediamo Semifonte, costruita dagli Alberti in Valdelsa, che fu distrutta in quell'anno da Firenze, alleata di Prato nella lega toscana di S. Ginesio[1].

L'abitato di Prato, dall'origine fino alla prima metà del XIV secolo, quando un'ondata di pestilenza, la Morte Nera, decima la popolazione in tutta Europa, cresce in abitanti e ricchezza come tutti gli altri della regione, sia pure con le proprie peculiarità e vocazioni economiche. I nuovi centri, a cui apparteneva, e quelli vecchi, che avevano nuovi successi, fanno della Toscana del primo Trecento un'area di urbanesimo eccezionale nell'Italia e nell'Europa del tempo.

L'aspetto cittadino della terra di Prato era già delineato alla fine del XII secolo dalla pieve di Santo Stefano, il turrito Palazzo del Comune in piazza della Pieve, il *Palatium Imperatoris*, dai palazzi, dalle torri e case torri che erano state costruite en-

tro la cinta delle mura dalle potenti famiglie magnatizie. Furono proprio le cospicue casate aristocratiche dei Pugliesi e dei Guazzalotti, protagoniste della vita cittadina e capofila di fazioni politicamente rivali, a diventare anche protagoniste di una delle due novelle ambientate a Prato dal Boccaccio. Che narra come madonna Filippa Pugliesi, trovata dal marito nelle braccia di «Lazzarino de' Guazzagliotri, nobile giovane e bello di quella terra», si salvò con geniale spregiudicatezza dalla morte per adulterio, come voleva lo Statuto di Prato e come avrebbe dovuto il podestà. Se non che lei, bellissima, con appassionato eloquio in difesa della vitalità degli istinti congiunta all'amore, ammise, sì, di essere «molte volte stata» nelle braccia del bel Lazzarino, ma siccome le donne «molto meglio che gli uomini potrebbero molti sodisfare» e avendo concesso di se stessa «intera copia» al marito, di quel che a lui avanzava cosa doveva farne? Non era meglio «servirne un gentile uomo» che l'amava più di se stesso e che era da lei riamato?[2].

I Guazzalotti, banchieri e mercanti, una delle più importanti famiglie dell'epoca, avevano ampie dimore in città fin dal XII secolo. Fecero edificare nella seconda metà del Trecento anche l'oratorio di San Bartolomeo in via Cava, per cui fu fatto grande uso di marmo verde, proveniente dalle cave di marmo nel Monteferrato di cui erano proprietari. La famiglia Pugliesi, che aveva imponenti case torri nell'attuale via S. Trinità e un consistente *status* economico, è legata alla storia della città soprattutto per il lascito di Monte Pugliesi alla fine del Duecento, che andò a costituire il Ceppo per le opere di carità e le elemosine (soprattutto in grano e farina), poi detto Vecchio quando con le elargizioni di Francesco Datini fu creato il Nuovo[3].

L'abitato con lo sviluppo economico si era trasformato in quella città così ben conosciuta dal Boccaccio, e i palazzi delle famiglie magnatizie con logge e portici erano andati a soppiantare sempre di più le case torri. Alla fine del Duecento fu creata piazza del Comune dove trovarono sede i palazzi del Popolo e del Comune. Con un muro merlato, che per tutta la lunghezza lo separava dal Bisenzio, fu sistemato anche il grande spiazzo erboso del Mercatale, dove si teneva una Fiera, quella di settem-

bre, famosa e grandiosa per i tempi, e dove si ergevano le forche per le esecuzioni capitali e si accendevano i roghi.

Fino alle soglie del XIII secolo l'unico ponte di attraversamento del Bisenzio era il ponte Petrino, probabilmente di origine romana e ricordato fin dal 1038, che sorgeva sulla strada di Sesto, cioè il vecchio tracciato della romana via Cassia. L'impetuosa crescita urbanistica portò alla costruzione di altri ponti che collegavano le due rive del Bisenzio, tra cui quello del Mercatale, originariamente in legno, poi in pietra a cinque arcate nel Trecento[4].

Sviluppo economico e demografico andarono di pari passo. E l'aumento della popolazione significò nuove terre coltivate, sia di pianura che di collina, dove si diffuse in larga misura la cerealicoltura e la vinicultura, che producevano rispettivamente il primo e il secondo prodotto dell'alimentazione dell'epoca.

Il vino, diffuso in tutti gli strati della popolazione, per l'uomo comune era insieme bevanda e companatico, con un consumo tanto elevato da venire subito dopo quello del pane.

Nel territorio di Prato e della Valdibisenzio, fino a Vernio, la produzione vinicola era di qualità scarsa e per migliorarla si ricorreva ad espedienti, specialmente per il rosso, come l'uso di un tipo speciale d'uva, il «raverusco». Ma se i meno abbienti si dovevano contentare del vino locale, i più economicamente fortunati si rifornivano di quello delle colline di Carmignano e dei migliori allora conosciuti, che arrivavano anche dalle più lontane provenienze. Nel Trecento il cronista Domenico Bartoloni scrive già «dei vini di Carmignano e di Artimino che sono eccellenti»[5].

La coltivazione dell'olivo negli ultimi due secoli del basso Medioevo era scarsa, ma nelle zone dove era localizzata, soprattutto le due sponde della Valdibisenzio, dava una produzione considerevole. Nel territorio di Montemurlo l'olivo godeva di particolari protezioni già dal 1387, quando per Statuto nessuno poteva tagliare piantoni nei possedimenti altrui e portarli nelle proprietà personali, o in altre fuori del territorio del Comune[6]. Gli investimenti della borghesia cittadina avevano sostenuto i terrazzamenti per l'olivo, ma questa coltiva-

zione, nonostante fosse considerata pregiata, si estenderà solo qualche secolo più tardi.

Il buon olio d'oliva era molto apprezzato, ma consumato soprattutto dai ricchi estimatori, considerato l'alto costo di fronte a una produzione insufficiente. E già da allora distinguevano quello «de lo vergine» da quello di minor pregio, come faceva Francesco di Marco Datini che, nelle lettere scritte alla moglie Margherita, menziona l'olio di Filettole, destinato all'Olimpo dei consumi con un costo proibitivo per la maggioranza della popolazione[7].

Francesco Datini, il più importante pratese di tutti i tempi, importante mercante del suo, di tempo, creatore di Compagnie con filiali in Italia e all'estero, ma anche 'impannatore' e banchiere, nasce a Prato nel 1335, anche se non ci sono documenti ufficiali che lo confermano, come non ce ne sono però che confermino l'ipotesi che sia nato pochi anni dopo, e neppure nessun altro tipo di documento attendibile. In una sua lettera inviata alla donna che, morta la madre, l'aveva amato come un figlio, scrisse «Quello Francesco che m'avete trovato sempre, infino ch'io non avea 14 anni, mi troverete infino a la fine mia, se tanto vivete»[8]. Quindi di certo c'è che non partì per Avignone prima di quest' età, per tornare a Prato con una considerevole fortuna vicino ai cinquant'anni, dove morì nel 1410. Lo scambio di lettere con la moglie, durante i soggiorni nelle sedi di Firenze e Pisa, ma anche le carte del suo imponente Archivio ci raccontano l'alimentazione in città e in Toscana dell'aristocrazia del denaro e del potere, ma ci aiutano anche a capire le magre vicende di chi lottava per la sopravvivenza.

Le accresciute esigenze alimentari, in conseguenza dell'aumento della popolazione, portarono in montagna e in collina alla diffusione dei castagneti da frutto, che davano anche la varietà dei «maroni». Nell'alta Valdibisenzio e zone circostanti la presenza del castagno risale ad epoche remote, ma notizie precise sulla sua estensione si cominciano ad aver intorno all'anno Mille[9]. Nel comune di Montemurlo questa coltivazione è documentata nello Statuto del 1387. Si avverte «della pena di chi tagliasse legna o facesse vime nel bosco altrui» e si afferma che

nessuno «tagli alcuno seme di castagno di qualunque maniera sia»; chi trasgrediva veniva condannato a risarcire il danno e a pagare venti soldi di multa[10].

Le castagne venivano consumate in gran quantità, in pianura e in collina, sia quelle di raccolta che quelle seccate per il «verno» e per farne farina dolce. Il castagnaccio si preparava a Lucca sin dall'antichità, e «una padella di ferro forata da brusciate» di casa Datini basta, anche da sola, a documentare abitudini che sono arrivate inalterate sino ai nostri giorni[11]. Mentre strano ci può sembrare il modo in cui Margherita Datini mandava le castagne secche al marito: in cesti tra le rose, come racconta nelle lettere[12].

Agnolo Firenzuola, potente abate della Badia di Vaiano, che in pieno Rinascimento con spirito non troppo ecumenico faceva l'«Elogio della bellezza delle donne pratesi», celebrava anche la castagna: «... Il miglior dono che con paterna cura/ci abbia dato il Signor son le castagne,/ il più dolce de' frutti addirittura che si possa trovar sulle montagne/... chè fa a tutti un bel viso bianco e rosso/polenta di castagne e acqua di fosso[13].»

Tutta la produzione di frutta «serbevole», soprattutto le noci e i fichi da seccare, era considerevole. Sempre presente nell'alimentazione del tempo figurava in tutte le mense, sia povere che ricche: come companatico, come fine pasto per i meno disagiati, come ingrediente in sofisticate ricette per palati eletti.

In un documento lucchese dell'anno 804 troviamo fra le tasse in cibarie due filze di fichi secchi. Nella seconda metà del IX secolo i genovesi andavano in Sicilia a salare la carne di cui avevano preso la gabella, come per tutte le uve passe, le ciliegie, e i fichi che si seccavano ogni anno nell'isola e si vendevano a pisani e genovesi. I pisani, invece, avevano la gabella per il burro e i formaggi siciliani. Ma che fossero importati o di produzione locale è dalla fine del Trecento che ebbero fama i «fichi secchi a la toscana»[14]. E anche Margherita Datini, come tante altre donne toscane, seccava i fichi per rifornire la dispensa[15].

La campagna pratese produceva frutta di buona qualità oltre i fichi: noci, pere, mele, ciliegie, pesche, prugne, cocomeri, poponi. Tutti i tipi di frutta fresca che forniva la stagione e

quella secca a disposizione entravano nei panieri che Margherita mandava al marito quando era lontano da lei, come scrive nelle lettere.

Tra la tanta frutta messa nelle ceste, che facevano spola tra il palazzo di Prato e le sedi delle Compagnie del mercante, c'erano le arance dette anche melarance, che a stagione inoltrata venivano conservate negli orci. La «melarancia», frutto ampiamente citato nelle cronache del tempo, anche se non a disposizione di tutti, era l'arancia, così chiamata perlomeno in Toscana fino a buona parte del Seicento, da distinguersi dal tipo amaro, la «melangola»[16]. Nonostante le odierne incertezze di riconoscimento e classificazione, che le melarance fossero le arance lo dimostrano anche le lettere di Francesco e Margherita, in cui si parla della disponibilità di questo frutto proprio nel periodo in cui avviene la raccolta nei paesi di provenienza, ma anche nel giardino del palazzo fiorito di rose e viole e ricco di melarance.

La frutta, spesso cotta, in special modo le pere, accompagnava o concludeva i pasti all'albergo della Stella di Prato, il più importante in città, che tra la fine del Trecento e la metà del Quattrocento ospitava e rifocillava personaggi dei più disparati ambienti sociali: ambasciatori e nobili, ma anche mulattieri, viandanti di passaggio e servitù al seguito dei signori[17]. Di «pere guaste ben calde»[18], cioè cotte nel vino zuccherato fino a prendere un colore scuro, tanto da sembrare marce, parla anche il novellatore Franco Sacchetti che, per incarichi politici anche di rilievo come quello di podestà, girò la Toscana, e che nelle novelle dimostra di conoscere la città di Prato, i dintorni e i suoi personaggi.

Negli «ischotti», i pasti a menù fisso dell'albergo della Stella, la frutta fresca appare nei più costosi, mentre nei più poveri era compresa abitualmente solo quella secca. Ma la frutta, fresca o secca che fosse, nei ceti sociali meno fortunati economicamente era spesso un vero e proprio pasto. E a giudicare dalla novellistica non era raro che venisse rubata dovunque si poteva trovare. Lo Statuto di Montemurlo comminava la pena di cinque soldi a chi danneggiava «uve, fichi o altre cose da mangiare»; se poi

queste «cose» venivano portate fuori dai campi, cioè rubate, la multa raddoppiava[19].

Il comune di Prato aveva preso provvedimenti simili se nel settembre 1278 a un certa monna Beldie, colpevole di aver mangiato fichi dottati in un campo non di sua proprietà vicino al «mulino de la gora del Palco», fu inflitta una pesante pena pecuniaria[20].

La costruzione della grande pescaia del Cavalciotto, circa due miglia a monte di Prato, con il sistema di gore che ne era derivato, completato nella seconda metà del XII secolo, assicurò una migliore distribuzione e utilizzazione dell'acqua sia per scopi industriali che agrari. In pianura lo spazio per le coltivazioni si era allargato anche per il graduale prosciugamento delle zone paludose. Oltre ai cereali si seminavano fave, lupini, vecce, cicerchie, ceci e fagioli; di quest'ultimi non è mai documentata la qualità, ma sicuramente erano quelli con l'occhio, unica specie allora conosciuta.

Coltivazioni estese e diffuse erano quelle dei poponi, di cui tanta era la quantità da venire usati per «governare» le bestie, e del lino, utilizzato anche per fare «lo 'npiastro de lino seme» che curava una mula del Datini, ma che era anche il medicamentoso e tradizionale impiastro usato nelle nostre campagne per curare vari malanni fino ai tempi recenti. Quella stessa mula, sempre trattata con grande riguardo, una volta era stata tanto rimpinzata che Margherita con risentimento rinfacciò al marito di trattarla meglio di quanto non facesse con lei: «Volese Idio che tu tenesi chosì ad agio me»[21].

L'estensione del lino è testimoniata dalle norme dello Statuto del 1330 che ne proibivano la macerazione e la lavorazione vicino alle zone abitate e lungo le vie pubbliche. Norme ancora precedenti stabilivano lo stesso divieto per ragioni di decoro urbano e di igiene, come proibivano di lavare i panni sulle vie pubbliche, di farvi passare maiali, anatre, oche, ma soprattutto capre, e di gettare immondizia e liquami.

Durante l'alto Medioevo l'allevamento delle api non era molto diffuso, soprattutto perché si erano dimenticate le tradizioni dei romani, anche se la raccolta di miele selvatico nei

boschi e nelle foreste era ancora praticata. L'apicoltura si intensificò in seguito, quando aumentò la domanda di miele dalle città che diventavano sempre più popolose. Il miele diventò disponibile ovunque: assai apprezzato in cucina e nella farmacopea veniva utilizzato per medicinali, canditi, conserve, e continuò ad essere il dolcificante più usato dalla moltitudine anche quando lo zucchero abbondava nelle case dei ricchi.

Tra i cereali il frumento era diventato il più importante già all'inizio del Trecento. In tempi normali, cioè in assenza di guerre e carestie, almeno a partire da questo periodo si mangiava comunemente pane di frumento, anche se negli strati più poveri della popolazione si continuava a consumare pane in cui c'era buona parte di segale, miglio, orzo e altri cerali minori. Ma che fosse di frumento o meno, per tutto il Medioevo fu questo l'alimento al primo posto nelle mense dei pratesi, e di tutti i toscani. Infatti la ricorrente preoccupazione dei governanti, documentata almeno dalla seconda metà del Duecento, fu che almeno il pane non mancasse. I censimenti annonari per valutare le scorte di granaglie che in caso di carestia avrebbero dovuto sostentare la popolazione, calcolavano oltre il frumento ogni genere di biade: miglio, panìco, segale, orzo, spelta, vecce, saggina e fave. Praticamente tutti i grani dei cereali conosciuti venivano macinati per farne farina, e questo succedeva in tutta Europa.

Nel Quattrocento la produzione cerealicola aumentò costantemente, segno inequivocabile del miglioramento delle condizioni alimentari della popolazione, anche se, come nei secoli precedenti, era ancora diffusa la mistura del grano con i cereali inferiori. Accanto al pane venivano consumati gli ortaggi coltivati nel contado e negli orti dentro o subito fuori le mura, di proprietà dei monasteri, degli ospedali, ma anche di molti abitanti. Si coltivavano cavoli, insalata, zucche, legumi, agli, porri, cipolle. I più diffusi, e quindi presenti in cucina e sulle mense, erano cavoli, porri e agli.

Singolare ma significativa appare una norma dello Statuto di Montemurlo che obbligava tutti gli abitanti che avessero o lavorassero «terra» nel Comune a fare o far fare l'orto con «ca-

voli, porri, agli in numero di cinquecento, et porri uno terzo panoro almeno per ciascheduno, alla pena di soldi cinque di danari per ciascheduno». Inoltre tutti i lavoratori erano tenuti a seminare «uno staio di fave per ciascheduno di loro, alla pena di soldi dieci di danari per ciascheduno che contra a ciò facessi». In un'altra norma si legge «della pena di chi desse danno nel panìco altrui in persona, o con bestie» e stabilisce il divieto di cogliere o segare il panìco in erba o maturo[22]. Evidentemente gli ortaggi, che venivano coltivati secondo queste rigide disposizioni, le fave e il panìco, utilizzati anche insieme al grano per panificare, erano gli alimenti indispensabili per la sussistenza della popolazione locale. Ma non solo locale se il prete di Varlungo «gagliardo della persona ne' servigi delle donne», protagonista di una novella del Boccaccio, corteggiò e si «sollazzò» con una sua parrocchiana regalandole, di quando in quando, mazzi d'agli freschi, cipolle «malige» (di maggio), scalogni e «un canestruccio di baccelli»[23].

Il grande consumo di agli e porri è testimoniato anche dalle parole del Datini, quando in previsione del suo ritorno a Prato, poi varie volte rimandato, programma l'eventuale futura accoglienza con un pasto abbondante e ricercato, che non fosse fatto di porri e agli, probabilmente dell'orto di casa, ancora troppo legati al ricordo della grama consuetudine alimentare della fanciullezza[24].

I poponi e l'insalata erano regolarmente presenti nelle mense. «Similmente, nella sala dov'egli mangia, quine in terra so' bucciche di poponi, ossa, nettatura d'insalata, ogni cosa lassa ire in terra senza mai apena spazzarvi... la donna è quella che sa governare la casa!» predicava San Bernardino da Siena che, tra un sermone e l'altro, non aveva mancato un pellegrinaggio a Prato in devozione del Sacro Cingolo. Ammonendo sui mancati doveri della massaia poco avveduta ci lascia intuire la frequenza con cui questi cibi comparivano sulla tavola, e il risultato che si doveva avere nella sala da pranzo se non si provvedeva a ripulirla regolarmente dai resti. E descrivendo i compiti della provvida massaia ci dice quali fossero gli alimenti alla base dell'alimentazione, grazie anche alla possibilità di conservarli. «Ella

ha cura al granaio; ella il tiene netto che non vi possa andare niuna bruttura. Ella conserva i coppi dell'olio, ponendo mente: – Questo è da lograre e questo è da serbare… Ella governa la carne insalata, sì al salarla e sì poi al conservarla. Ella la spazza e procura: – Questa è da vendere, questa è da serbare… Ella pon mente alle botti del vino: se ella vi truova rotte le cerchia, o se elle versano in niuno luogo. Ella procura a tutta la casa»[25]. Erano ancora i cibi biblici: grano, olio, vino, a cui si aggiungeva la carne conservata, consumata in tutti i periodi dell'anno.

Quasi un secolo dopo, nel 1487, gli alimenti concessi da un vetusto marito, tessitore nella «villa» di Cafaggio e poi emigrato a Firenze, alla tanto più giovane moglie che viveva separata, consistevano in 12 staia di grano l'anno, sei barili di vino, un mezzo barile d'olio, una certa quantità di carne salata (lib. 50 ½), 3 cataste di legna, mezza soma di «vincigli», una soma di brace, un quarto di salina (lo stesso che sale)[26]. È evidente che gli alimenti più importanti, almeno per la sopravvivenza, sono ancora: pane, vino, olio, e infine un po' di carne salata. Che, come si intuisce proprio dalle parole del predicatore, veniva preparata e salata anche in casa. Stando ai registri delle gabelle il maiale veniva acquistato a pezzi appositamente per «insalare», e la frase «Ella la spazza» (la carne), cioè toglie il sale che si era depositato in eccesso, fa pensare a una pratica diffusa e soprattutto ben conosciuta, tanto che nell'inventario delle «cose esistenti» nel Palazzo Datini, fatto nel 1443, troviamo annotato «uno foratoio d'infilzare carne secha» e un contenitore da carne secca[27].

L'umanista Bartolomeo Sacchi, detto Platina, che nel 1474 scrisse il *De onesta voluptate e valetudine*, trattato gastronomico di grande successo (sulle orme però di Maestro Martino, cuoco degli Sforza e del Patriarca d'Aquileia a Roma), afferma che il maiale dopo esser stato macellato doveva essere salato. Poi per completare la salatura andava tagliato a pezzi e messo in un barile, o altro recipiente, dove sul fondo era stato messo uno strato di sale. La carne doveva stare lì il tempo necessario per prendere la giusta salatura, infine appesa a degli uncini per essere affumicata[28].

Già Ovidio raccontava dell'usanza campestre di tener il lar-

do affumicato appeso a seccare, mentre Orazio tesseva le lodi dello zampetto di prosciutto messo nella pentola dei legumi[29]. E Carlomagno aveva messo nel *Capitulare de villis* norme per ordinare che nelle aziende agricole si preparassero e si conservassero, raccomandando sempre la più grande pulizia, lardo, carne affumicata, carne fresca salata, salsicce, insieme a tutti gli altri prodotti essenziali, o che venivano tenuti in gran conto, come burro e senape.



### *L'olio d'oliva e il «vieto lardo» per il contado*

Era stata la diffusione delle abitudini germaniche nell'alto Medioevo a determinare il successo del lardo in tutta Europa. Neppure l'Italia faceva eccezione, dimenticando le abitudini culinarie latine all'olio senza risparmio, di cui quello migliore era destinato alle insalate, anche se in campagna non era una rarità l'uso del lardo.

Le difficoltà di trasporto nell'alto Medioevo, come nel periodo centrale, contribuirono a far scomparire l'olio d'oliva dalle abitudini alimentari di gran parte della popolazione. Il miglioramento dei collegamenti e di conseguenza l'intensificazione dei traffici, ma anche l'intervento dei capitali cittadini nella campagna, tra il XIV e XV secolo, determinarono in Toscana una coltivazione dell'olivo diffusa quasi dappertutto, sempre però con una resa inferiore al fabbisogno. Anche le colline intorno a Prato diventarono più ricche di piante, con la conseguente maggior disponibilità d'olio sul mercato cittadino. Senza dimenticare le olive che, conservate con una sapienza ormai millenaria, diventavano anche un companatico.

Negli ambienti economicamente, e quindi gastronomicamente, più provvisti era consuetudine cucinare con l'olio d'oliva, anche se si era consolidato dappertutto l'uso del lardo, di costo minore. Erano abitudini che talvolta si affiancavano, tanto che per alcuni piatti come zuppe e minestre di cereali, legumi

e ortaggi, si usavano indifferentemente sia olio che lardo. Nel 756 il prete Rissolfo dispose a Lucca la concessione ai poveri di un pasto per tre volte la settimana, precisando che il «pulmentario» di cereali e legumi dovesse essere ben spesso e condito «de uncto aut de oleo», un'alternativa quindi tra grasso animale e vegetale, dettata, probabilmente, dal calendario liturgico[30].

Il «teglione da struggere lardo» esistente in casa Datini, ci lascia intuire che questo tipo di grasso, conservato nell'«alberello» (vaso di ceramica o vetro), era usato frequentemente, anche laddove non si era costretti a fare economia sul cibo. Ma non era sicuramente il «vieto lardo che usava il contado»[31].

Tra l'attrezzatura di cucina di Francesco e Margherita Datini troviamo molti orci da olio (di cui uno per l'olio da ardere) e anche botti per l'aceto. Dell'uso di questi ingredienti per il condimento testimoniano i conti dell'albergo della Stella alla fine del Trecento, dove troviamo annotato «insalata all'olio» e «olio e aceto» che vengono fatti pagare rispettivamente 3 e 5 soldi. Quando si parla di olio per uso alimentare si tratta sempre di quello d'oliva, perché per almeno tutto il Cinquecento in ambito locale veniva usato solo quest'olio, mentre tutti gli altri di origine vegetale venivano usati nella lavorazione laniera[32].

Il burro, che i romani ritenevano alimento da barbari, era considerato una rarità, un prodotto di lusso fuori dalle zone dell'Europa del nord dove era rimasta concentrata la produzione, poi con l'estendersi dell'allevamento bovino diventerà sempre più accessibile, a condizione di poterne preservare qualità e freschezza. Ma sarà solo nel XV secolo che entrerà dalla porta principale nelle ricche cucine europee, per affermarsi sempre di più nei secoli successivi anche in quelle popolane.

Nel manoscritto che contiene ricette toscane della prima metà del Trecento (codice Riccardiano), come in quello che riprende il corpo principale di questa raccolta trascritto nel secolo successivo in veneziano (codice Casanatense), e in quello della seconda metà del XIV secolo – inizi XV – conservato alla Biblioteca Universitaria di Bologna, abbiamo ricette, una per codice, pressoché uguali per fare il burro, non dal latte però, ma dal formaggio. Si consigliava di pestare del formaggio fresco

quanto meglio si potesse, aggiungere acqua fredda e poi prendere la sostanza che veniva a galla. Questa, chiamata burro, poteva essere usata secondo il proprio piacimento, anche se nella «torta» era particolarmente consigliata. Erano però consigli che rimanevano praticamente inapplicati, perché nelle ricette non è mai contemplato l'uso di questo tipo di burro[33].

## Il pane



«Richorditi di fare istare serate le finestre de la chucina, a ciò che la farina no rischaldi» ricordava Francesco a Margherita, perché il pane era davvero importante anche nelle famiglie abbienti. Dal grano che veniva portato al mulino il mercante esigeva che si ottenesse «il migliore macinato che fare si può» per il proprio pane, e non la farina grossolana da utilizzare, invece, solo per quello della famiglia, al tempo allargata ai servi e collaboratori che abitavano nella casa[34]. «Per te io ne farò fare domane di quello biancho» lo accontentava la moglie, anche quando quello fatto per tutti era «buono»[35]. Tra l'attrezzatura di cucina di casa Datini c'era tutto ciò che occorreva per fare il pane: tinelli da farina, «un spianatoio da pane», uno staio di legno, «una archetta dove s'aburata la farina», «una nastra dove si fa il pane», «4 panelli grossi da pane et 3 sottili»[36].

«Abburattare», cioè passare la farina dallo staccio a buratto per separarne la crusca faceva parte delle incombenze casalinghe, e veniva insegnato alle ragazze da marito, insieme ad altre mansioni, come «lavare il cappone», fare il pane in casa e cucinare[37]. Era un'operazione arcaica di cui rimane il ricordo nella filastrocca senza tempo che in Toscana si cantilena ancora ai bambini piccoli e che anche i libri per l'infanzia raccontano: «Staccia buratta, gattino della gatta. La gatta andò al mulino e fece un cofaccino con l'olio, con il sale, con l'unto di maiale». E anche Franco Sacchetti, raccontando novelle, ci parla della «cofaccia»[38].

La preparazione della pasta di pane era ben conosciuta già dagli etruschi. In una tomba orvietana, la Golini I, o dei *Lenies,* è rappresentata una cucina dove si trova un servo intento a preparare la pasta su una spianatoia accompagnato dal suono del flauto, naturalmente quello doppio, caratteristico degli etruschi; altri servi ancora sono affaccendati intorno a tavoli dove ci sono delle schiacciate con grappoli d'uva. Inoltre nella tomba degli Stucchi di Cerveteri è rappresentato un vasto assortimento di utensili da cucina tra cui spicca la rotella per fare la pasta[39].

Gli etruschi, dando grande importanza al banchetto funebre, arricchivano le tombe sia del vasellame per allestire la mensa che degli utensili occorrenti per la preparazione e cottura del cibo. Un corredo funebre della fine del IV secolo, conservato al Museo archeologico di Artimino, mostra vasi da banchetto, attingitoi, *olpe* (brocca), colatoio, vassoio e un cratere ornato da un corteo dionisiaco. L'amore degli etruschi per la buona cucina era noto fin dall'antichità, non a caso avevano ricevuto da Catullo l'appellativo di «obesus etruscus» che Malaparte, poi, approverà in pieno per definire quella che, per lui, era una «civiltà obesa, bassamente materialista, cupa e frivola al tempo stesso…»[40].



### *Il vino*

Il vino, diffuso in tutti gli strati della popolazione, per l'uomo comune diventava un alimento essenziale, che per importanza veniva solo dopo il pane, soprattutto quando venivano a mancare la carne, gli altri cibi proteici e i contorni vari; e proprio quando aumentava il consumo del pane, per mancanza d'altro, si beveva più vino. Perché insieme al pane diventava un vero e proprio pasto, «e' non ànno a stare a nozze né a morir di fame: abino del pane e vino quello bisognia loro, l'altre chose sechondo chome vi pare» veniva consigliato a Margherita Datini per sfamare, e evidentemente poco più, i pittori che affrescavano la

facciata della casa dopo la morte del marito[41]. Tra questi Niccolò di Piero Gerini, uno degli artisti più ricercati nella Toscana di fine Trecento, che aveva già realizzato interventi pittorici all'interno, nella loggia e l'affresco nel tabernacolo all'angolo del muro di cinta del giardino, ma che soprattutto ha interamente affrescato la Cappella Migliorati della chiesa di S. Francesco.

Il pasto abituale dei servitori che accompagnavano i loro padroni in viaggio, che fosse per commercio, per diletto o per ambascerie, si componeva essenzialmente di pane e vino. Così come durante i pellegrinaggi, per rifocillarsi cammin facendo, i pellegrini acquistavano soprattutto pane e vino. Ed ecco che a fine Trecento i famigli al seguito dei personaggi di rango, così come gli avventori comuni, fanno merenda e colazione con pane e vino all'albergo della Stella, dove anche «innanzi desinare» si porta in tavola vino bianco e pane.

Il consumo di vino era alto ovunque, città e campagna, ma si trattava di un prodotto mediocre dovuto alla coltivazione e diffusione della vite anche in terreni non idonei, per poter soddisfare l'alta richiesta. Certamente la qualità di vino destinato al consumo popolano non era la stessa di quello richiesto dal gusto signorile. I poveri ne finivano col bere anche una parvenza, il «raspeo», fatto con i raspi e le vinacce, invece la vernaccia di Corniglia veniva rammentata come un vino di pregio dal Sacchetti e dal Boccaccio, il quale ne parla nella celebre novella su Ghino di Tacco[42]. Proprio mentre il consumo di massa cresceva, sulle tavole degli abbienti accanto al «vin latino» delle colture tradizionali si mettevano il moscatello, la malvasia, la vernaccia e il vin greco, importati, ma anche ottenuti da vitigni che si iniziavano a coltivare sui fianchi più idonei delle colline.

Probabilmente il vino di uso comune non era davvero un granché, se Cecco Angiolieri, cantore dugentesco de «la donna, la taverna e 'l dado», perennemente a magro di denari per un padre che teneva stretti i cordoni della borsa, arrivava a sostenere che persino la donna sua gli faceva meno uggia del «vin latino»[43].

In casa Datini invece i *Quaderni di spese di casa* registrano le migliori qualità di vini, sia di tutta Italia che d'importazione, tra

cui i vini corsi, bianchi e rossi, la malvasia e il «vino di Tiro», pregiato e particolarmente costoso[44]. «La notte di san Piero assaggiai vostra malvagìa; ed è molto dolce. Penso sia di gran costo, e ottima cosa», apprezzando assai scriveva ser Lapo Mazzei all'amico Francesco Datini[45].

In città non si era avvezzi a scelte accuratamente selezionate, e pochi erano gli eletti che col vino 'meditavano'. Ma tutti bevevano, bambini compresi, anche per rifornirsi di calorie a buon mercato, e se eccedevano si potevano concedere il lusso di dimenticarsi di mangiare. Per capire l'entità del consumo cittadino basti notare che lo Statuto di gabella pratese a metà Trecento esentava gli albergatori dal pagamento della gabella per il vino destinato all'autoconsumo. La quantità era questa: trentasei litri e mezzo al mese per ogni persona della famiglia, e nel calcolo erano compresi i bambini sopra i tre anni[46]. Praticamente, se si considerano i lunghi periodi di allattamento materno, si passava dal seno al fiasco.

Il consumo di vino era ritenuto fondamentale non solo per abitudine ma anche per necessità igieniche: l'acqua era di incerta qualità, sia per l'inquinamento che per i sistemi rudimentali e non corretti di estrazione dal sottosuolo. Per questo normalmente si beveva acqua allungata con il vino o vino allungato con l'acqua, perché l'alcol era l'unico sistema per purificarla e migliorarne il sapore. Era una consuetudine, di regola accettata, che il vino fosse presente anche sulla tavola dei monaci, però allungato. Contrariamente all'uso del tempo e alla tradizione monastica, una norma contenuta nel *Libro della Regola eremitica* dei monaci di Camaldoli, redatta dal beato Rodolfo nel 1085, prescrive invece che il vino venga bevuto puro, e solo esclusivamente di ottima qualità, anche per motivi di salute. Quello «che si troverà corrotto, acido o ammuffito, si potrà somministrarlo ad altri», perché non adatto alla dieta eremitica[47].

Assenti il tè e il caffè, il vino era la bevanda che accompagnava tutti pasti, in tutti gli strati sociali. Era impiegato in cucina, dove entrava nella composizione di alcune delle molte salse che accompagnavano le vivande, nella farmacopea e cosmesi del tempo miscelato a spezie ed erbe. I vini speziati, serviti an-

che caldi, avevano un ruolo importante nel pasto, non tanto come accompagnamento, ma soprattutto come aperitivo o digestivo. Ricette per preparare una gran varietà di vini speziati, tra cui i più famosi sono l'«hipocras» e il «chiaretto», ricorrono nei manuali di cucina e nelle raccolte mediche di tutta Europa, perché erano proprio i medici a raccomandare le virtù terapeutiche di queste bevande. L'enciclopedista inglese Bartolomeo di Glanville ne descrisse i pregi: «Il vino 'fatto' viene fatto con la forza di buone spezie o erbe come si fa con il vino *salviatum* (con salvia), il vino *rosatum* (con rose), il vino *gariofilatum* (con chiodi di garofano) e quel vino è adatto sia come bevanda che come medicina»[48].

All'albergo della Stella, tra vino bianco e «vermiglio» sia nuovo che vecchio, si serviva quello «erbolato», e anche in casa Datini si utilizzava il «vino erbato fine»[49].

I vini medicamentosi erano molto in uso anche tra i romani che li usavano per i malanni più svariati. Come consumavano, in compagnia degli etruschi, vino in quantità mescolato con miele. In un manoscritto del IX secolo conservato nel monastero di Monte Cassino si legge che il vino mescolato col miele «riscalda e fa bene al ventre» e che «il vin santo ha lo stesso effetto, ma è meno denso e tonifica lo stomaco», mentre «il passito riscalda ed asciuga il corpo: è diuretico e fa bene alla gola»[50]. L'aspetto interessante di questo documento è la testimonianza che già al tempo di Carlomagno si faceva uso di vinsanto.

Pure il vino cotto, addensato con la cottura e dolcificato, usato anche in cucina, si credeva avesse proprietà farmaceutiche. Gli Statuti di gabella di Prato registrano ingressi di vino cotto, greco e «sangioveto» insieme a quello «nostrale»; e in una lettera del dicembre 1396 ser Lapo Mazzei scriveva a Francesco Datini di aver comprato un ottimo «Vin Cotto» a Carmignano, dove da un po' di tempo non se ne preparava più[51]. Ma, anche senza nessuna aggiunta né cottura, si pensava che il vino avesse valore spirituale e taumaturgico. Quando Francesco si ammalò, l'amico ser Lapo gli inviò immediatamente del buon vino rosso da bere prima del pasto, nel mezzo del pasto e subito dopo, perché così non ci sarebbe stato bisogno di «altro medico» per

rimetterlo in forze[52]. E durante un'ondata di pestilenza, quando Francesco era a Bologna per sfuggire alla moria, ser Lapo gli consigliò del vino che «non vuole essere dolce nè brusco»[53].

Boccaccio racconta che durante la peste si beveva vino «senza modo e senza misura»[54]. Più di un secolo dopo, quando un'ondata di epidemia, di natura sconosciuta, forse pestilenza, colpì la villa di «Aiuolo» per due anni consecutivi, il 1478 e il 1479, si presero innanzitutto provvedimenti affinché gli «ammorbati» avessero un'abbondante scorta di vino, rosso o bianco che fosse[55]. Anche l'aceto, specialmente se ottenuto dal vino migliore, si pensava avesse tali e tante proprietà che ser Lapo Mazzei chiese al Datini per l'amico spedalingo di Santa Maria Nuova a Firenze, mortalmente ferito, un fiaschetto di aceto corso o greco «chè di molti aceti che si sono assaggiati, niuno è stato tenuto buono quanto 'l vostro»[56].

I possedimenti del Datini, come quelli di altri ricchi borghesi, producevano vino in eccedenza ai bisogni della famiglia, per quanto allargata fosse. Alla vendita del vino sovrintendeva il mercante stesso con la stessa attenzione puntigliosa con cui dirigeva i propri affari sulle rotte commerciali e finanziarie del mondo conosciuto: «E dimi se voi avete manimesso il vino della botte grande, e se n'avete venduto o chome n'avete fatto»[57]. Se poi il vino mancava, si poteva anche ricorrere al succo d'uva spacciandolo per tale, come fece, in una novella del Sacchetti, l'oste del «Malalbergo» nel Pantano (Montemurlo) che, ai malcapitati avventori di ritorno dalla caccia alle quaglie, in mancanza di vino vecchio, dette quello preparato all'istante spremendo in «uno orciuolo grappoli d'uve con le mani»[58].

Con il succo d'uva acerba o con quella selvatica (dal latino *agrestis*) si otteneva l'agresto. Ce lo conferma Margherita quando, avendo scarsità d'uva per l'agresto, chiede il permesso addirittura al Podestà per poter cogliere l'*agrestis* dei fossi. Ma la magistratura cittadina aveva dato disposizioni perché nessuno ne prendesse e l'aveva fatto raccogliere tutto «dove noi sogliamo mandare per quelo salvaticho» scrive nelle lettere al marito[59].

L'agresto, che il medico di Francesco consigliava di usare spesso «cotto e crudo»[60], veniva conservato con la salatura, bolli-

tura o fermentazione, per essere usato in cucina, anche in quella di tutti i giorni.

## *Erbe e spezie*

Dentro le mura della città era tutto un susseguirsi di orti e giardini, di cui rimane ancora qualche traccia: piccole corti dietro o all'interno delle fabbricazioni più antiche o meno rimaneggiate. Gli orti, alcuni minuscoli tra una casa e l'altra, ma altri di larghe dimensioni, fornivano prodotti essenziali, spesso l'unico companatico, per l'alimentazione della popolazione cittadina più povera. Accanto ai legumi, agli ortaggi e qualche albero da frutta venivano coltivate le erbe aromatiche, tanto utilizzate in cucina, sia accanto alle costose spezie che in sostituzione di queste, perché privilegio di una minoranza. Ma anche la medicina non le disdegnava, anzi, tanto che la conoscenza e l'uso delle erbe avevano largo spazio nei trattati e nella pratica medica. Nella vita quotidiana erano le donne, le «herbarie», ad essere depositarie di un sapere antico, che aveva il potere di curare con la forza della natura e la suggestione di riti intrisi di superstizione, dal confine ambiguamente incerto tra religiosità e magia.

Tra le erbe medicinali che avevano un largo impiego c'erano anche le aromatiche. Erbe comunissime come la salvia e il «ramerino» venivano considerate quasi miracolose, capaci di guarire i più svariati malanni, soprattutto se la cura veniva accompagnata da preghiere, nelle quali bisognava però confidare, altrimenti i medicamenti sarebbero stati inutili. Tutte le aromatiche, dal basilico al timo, dal prezzemolo al finocchio, dalla nepitella alla ruchetta, venivano usate a scopo medicinale non solo dalle «herbarie», ma anche nei conventi e negli ospedali cittadini.

Il succo di cicerbite preso la mattina, le unzioni con olio di camomilla, di giglio bianco o di semi di lino erano consi-

derati ancora nel 1630 ottimi sistemi di cura contro l'epidemia di peste e utilizzati nell'ospedale della Misericordia e Dolce[61]. Sicuramente prevenzione e cura erano alla portata di tutti, se si considera che la maggior parte dei rimedi consigliati si poteva trovare anche negli orti e giardini.

Gli ospedali cittadini nelle loro farmacie tenevano erbe medicinali per tutti gli usi che acquistavano dagli speziali, insieme ai semi delle piante, le spezie, unguenti e medicamenti vari. Nelle botteghe degli speziali, oltre a ogni tipo di spezie in commercio, si potevano trovare anche salse già pronte e confetture. In due conti del 1406 di Filippo di Lapo e compagni, speziali a Firenze, sono elencati questi prodotti: zucchero, allora molto usato in medicina, mostarda, salse, acqua di rosa, olio di assenzio, camomilla, mandorle tritate, uva passa, frutta candita e una torta di marzapane. La presenza di questo tipo di dolce è un particolare curioso se si pensa che nel 1523 agli ammalati dell'ospedale della Misericordia viene data proprio una torta di marzapane[62]. Da questi conti si nota comunque che le spese per le spezie superano tutte le altre. Ingenti acquisti non erano insoliti, per quanto ristretti ad ambienti privilegiati e ad occasioni speciali, come l'ordinazione fatta per il banchetto annuale di Santo Stefano dai sacerdoti della prepositura, che ammontò alla paga di circa sei giornate di lavoro di un loro salariato agricolo[63].

Nell'Europa medievale le spezie conobbero una fortuna mai più eguagliata nella gastronomia europea a venire, nonostante fossero merce preziosa e riservata a consumatori provvisti di elevate capacità d'acquisto. Ma non venivano utilizzate da un esiguo numero di fortunati per coprire il sapore di cibi deteriorati o addirittura putrescenti, come si è ritenuto a lungo, pensando a un Medioevo senza più memoria delle pur rudimentali conoscenze romane sulla conservazione dei cibi. A determinare tanto successo avevano, invece, contribuito l'influenza della dietetica araba sulla cucina medievale, perlomeno delle origini, ma soprattutto l'esigenza di dimostrare i privilegi di nascita, di potere e di censo, nobiliare o borghese che fossero, attraverso il possesso di merci da cui era esclusa la maggioranza della popolazione.

Tra le spezie, che godevano tutte di grande stima sia nella cucina che nella farmacopea, lo zafferano ebbe un'enorme diffusione, come dimostrano le innumerevoli ricette in cui entra come aroma, ma anche come colorante. Francesco Datini utilizzava sia quello coltivato e prodotto in Toscana che quello importato dalla Catalogna, probabilmente in grande quantità, se si considera che il suo medico gli consigliava di usarne in ogni pietanza, mentre ser Lapo Mazzei lo metteva nelle pillole che utilizzava, speranzoso, contro la peste. Il successo dello zafferano, anche successivamente, è dimostrato dagli ingenti acquisti dell'ospedale di Misericordia e Dolce, non solo per scopi terapeutici ma anche alimentari, soprattutto per preparare il «Pangiallo», uno dei tanti tipi di pane speziato, a volte con l'aggiunta di miele, nati nel Medioevo[64]. Anche il pepe veniva utilizzato nella medicina del tempo, oltre che per la preparazione e conservazione dei cibi, tra cui l'intramontabile pane «impepato». E non a caso sono proprio lo zafferano e il pepe ad essere sempre presenti nella miscela di spezie varie che entravano nella composizione della «triaca», utilizzata sia contro la lebbra che contro la peste, tanto che ancora nell'epidemia di peste del 1630 veniva considerata il medicamento più efficace.

Il «gengiovo» (zenzero), sia verde che maturo, si usava in cucina e si metteva nei vini aromatici: secondo il medico di Francesco Datini faceva digerire, «confortare la memoria» e aveva «gran virtù nel far urina». Invece la cannella la consigliava per «aromatizzare e molto confortare lo stomaco freddo e umido, e il fegato freddo, e provocare i mestrui e l'urina e dare gran sollievo nei dolori colici ventosi»[65]. Ma anche i chiodi di garofano, usati per aromatizzare cibi e bevande, erano raccomandati per le proprietà curative e, come la cassia e la galinga (una radice della Cina di cui parla Marco Polo), avevano un grande uso in medicina. *Il Milione* ci racconta anche le proprietà aromatizzanti del muschio, che si trova in una borsetta vicina all'ano del Muschus Muschiferus, mammifero ruminante proveniente dal Tibet e dall'Indocina. Questa sostanza, assai profumata e dal sapore amaretto, verrà usata in cucina, pasticceria e profumeria soprattutto in periodi posteriori.

### *Il mercato*

I contadini che portavano ortaggi in città e gli ambulanti erano sicuramente provvisti di erbe spontanee che ancora oggi, a saperle cercare, si trovano in quantità nei nostri prati, tra cui radicchi di tutti i tipi, cicerbite tenere, raperonzoli, ramolacci e, soprattutto, le «pastinache», di cui però s'è perso l'uso, che andavano nell'insalata o venivano fritte. Arlotto Mainardi nella *Facezia LXVII, fatta da Piovano Arlotto in Chianti col Piovano di Cercina*, descrive una cena in cui per l'avarizia dell'anfitrione venne servita un'insalata di «borrana» (borragine) e «cicerbita», che «pugneva le mani a chi la lavò», cioè colta fuori stagione, quando diventa immangiabile, ma comunque di facile reperibilità nei prati e quindi senza spesa alcuna; l'insalata era accompagnata da «certe frittate o vero pesciduovi grossi, fatti con poche uova e con manco cacio»[66]. Questa preparazione, abituale nella cucina del tempo, era una frittata con il formaggio tra gli ingredienti, e in questo caso tanta farina, che una volta cotta veniva ripiegata in modo da sembrare un pesce.

I venditori ambulanti, «treccole» e «trecconi», offrivano una grande varietà di prodotti della campagna. Un bando comunale infliggeva pene pecuniarie ai genitori dei ragazzi, praticamente i piccoli teppisti di quel tempo che, con provocazioni e molestie, danneggiavano i contadini e le contadine che portavano prodotti della terra a vendere sul Mercatale.

Le miniature dei *Tacuina sanitatis* giunti sino a noi (XIV e XV secolo), che si potrebbero definire un manuale medico, mostrano anche i mercati alimentari, perché, secondo la concezione che ne era alla base, l'alimentazione giocava un ruolo fondamentale nella conservazione della salute. Questo almanacco di salute, tradotto da un testo arabo, presentava le proprietà e gli effetti degli alimenti, nocivi o benefici, accompagnando i testi alle miniature.

I macellai vengono mostrati mentre tagliano ogni genere di carne. Ci sono vendite che sembrano essere specializzate in interiora; infatti una illustrazione mostra una tavola con teste di animali, in un'altra vediamo una ciotola piena di cervella, altre

con cuori, mammelle, testicoli e grasso. In alcune illustrazioni ci sono pescivendoli che vendono pesce fresco, in salamoia, sotto sale. Un'altra miniatura mostra un negoziante con un vassoio di gamberi e granchi vivi. In altre ancora vediamo contadini che raccolgono asparagi, fichi, pinoli, tartufi, uova di pernice, ruta, anice.

Alcune miniature mostrano l'interno di abitazioni private dove ci sono donne che fanno la pasta, prima preparando dei panetti, poi una volta spianata la pasta la tagliano a strisce che mettono distese ad asciugare su delle specie di reti. Altre donne tagliano della trippa, la appendono a un gancio per distenderla, poi la raschiano per pulirla e la bollono nel calderone appeso al focolare[67].

A Prato il mercato del grano, del vino, dell'olio, del pesce e della carne si teneva nella piazza vicina alla curia di S. Donato, detta dei Figli di Pipino, che diventerà alla fine del Duecento piazza del Comune, via via risistemata con portici e logge, dove ebbero sede i due palazzi del Popolo e del Comune. Sotto i portici ad ovest c'erano le botteghe dei tavernai e dei beccai. Lo slargo dove il Comune teneva le bigonce per il grano e le biade era chiamato «platea bighongiarum», detta poi piazza delle Bigonce e anche piazza delle Treccone[68].

In piazza della Pieve, poi del Duomo, si vendevano quotidianamente soprattutto pollame, «uccellame» e uova. Il mercato del bestiame, sia da macello che da lavoro, si teneva sulla piazza del Mercatale. Qui il primo e il quindici di ogni mese si svolgeva il mercato, ad esclusione dei giorni di Capodanno, del Primo Maggio e di Tutti i Santi. Fu la riforma del 1465 a stabilire che il mercato si tenesse tutti i lunedì non festivi, cosa che avviene ancora oggi.

Sul Mercatale, in concomitanza con l'ostensione del Sacro Cingolo, si teneva la Fiera di Santa Maria di Settembre che durava tre giorni e vedeva sempre una grande affluenza di pubblico, tanto che venivano eletti dal Comune trentadue custodi per mantenere l'ordine. Nel 1293 vennero date addirittura disposizioni che vietavano ai venditori ambulanti di ingombrare le strade che confluivano in piazza Mercatale, per non ostaco-

lare l'affluenza della gente. Altri regolamenti dello stesso anno assegnavano i posti per il bestiame: i cavalli e gli asini dovevano stare nel mezzo tra i bovini del piano e quelli del monte, in modo che si potessero distinguere gli uni dagli altri, mentre le bestie piccole (capre e pecore) venivano sistemate senza regole precedentemente stabilite[69].

La macellazione e la vendita della carne era compito dei beccai e dei tavernai (quest'ultimi potevano vendere anche carne cotta), mentre frattaglie e interiora venivano vendute dalle ventraiole.

I caciaioli vendevano oltre il cacio, carne secca e salata, salsicce, lardo e strutto. Si dovevano iscrivere all'Arte dei Pizzicagnoli, secondo lo Statuto del 1345 di questa corporazione fiorentina, così come gli oliandoli, i biadaioli, i salaioli, i pizzicaioli, gli stovigliai e coloro che vendevano carne secca e «recentes» di qualsiasi genere, «battiticciam», pesce salato, lardo, fave crude e cotte, fichi secchi, noci, nocciole, castagne secche e fresche, uova, frutta e strumenti attinenti alle vendite di questi generi[70]. In una illustrazione del *Libro di gabelle fiorentine*, manoscritto della prima metà del XIV secolo, si vede un pizzicagnolo al banco con salsicce, prosciutti e salami[71].



## *La carne*

I trecenteschi registri dei macelli di Prato fanno ipotizzare un consumo di carne pro-capite tra il 1321 e il 1322 di circa 19,7 chili, mentre per il 1389 un consumo annuale di 14,53 chili. Queste stime riguardano solo il bestiame registrato nei macelli pubblici, e cioè ovini, caprini, suini e bovini. Ma è curioso notare che nel 1321 furono macellati anche due bufali [72]. Probabilmente però era meno insolito di quanto si potrebbe pensare se Margutte, il personaggio creato da Luigi Pulci, fonte di ispirazione per i futuri pantagruelici personaggi di Rabelais, dice: «Lascia ordinare a me se vuoi il convito./ E finalmente

il bufol fu arrostito./… Quivi mangioron le reliquie tutte del bufolo e tre staia di pane o più, e bevvero a bigonce…»[73].

La carne di bovini era poco diffusa, soprattutto perché gli animali venivano allevati e utilizzati quasi esclusivamente per i lavori nei campi. L'allevamento bovino veniva limitato dalla scarsità dei pascoli e dall'impossibilità, a quel tempo, di inserire il foraggio nelle rotazioni delle colture. Nonostante le necessità alimentari solo una parte del bestiame, quella minore, era destinata alla macellazione prima che l'animale non fosse più in grado di lavorare o produrre latte. Ma la carne pratese, particolarmente quella di vitella, era considerata di gran pregio, come documentano i carteggi dei coniugi Datini e dell'amico ser Lapo Mazzei, da cui si deduce che, considerata l'alta qualità, a Prato i bovini venissero allevati anche per l'alimentazione.

La carne più consumata era quella di montone castrato, il «castrone», seguita a ruota da quella di suino, perlomeno a stare alle stime dei registri, da cui ovviamente erano esclusi gli animali allevati nelle case del contado, o anche a ridosso delle mura dove la città era già campagna. Il consumo dei castroni rallentava da settembre, quando iniziava la transumanza, e gradualmente lasciava il posto nei mesi invernali alla carne dei suini. Si faceva molto uso di maiale, soprattutto perché si poteva conservare con la salatura e gli insaccati. «Mandoti della carne seccha e delle salsiccie e salsicciuoli e linghue rinvestite», scrive Francesco alla moglie[74]. La lingua, trattata in vari modi, in questo caso rivestita, o della stessa pelle precedentemente tolta, o «fasciata con rete» (parte delle interiora) come la testa di bue «rinvestita» del codice Riccardiano, doveva essere cibo da occasioni importanti, perché compare di frequente nei banchetti, e anche negli acquisti per la mensa dei Priori di Firenze [75]. Nella lista degli alimenti destinati a questa magistratura civica è annotato «salciccie e salcicciuoli», mentre il novelliere Franco Sacchetti usa indifferentemente i termini «salsiccioni e salsicciuoli» per indicare la stessa cosa[76]. La salsiccia, a parità di peso, costava più dell'arista che era la parte pregiata del maiale, e che veniva indicata con questo termine fin dal Duecento, come si vede nelle spese per la mensa del convento della SS. Annunziata di Firenze[77].

I documenti dell'epoca ci fanno sapere che veniva usato anche il maiale selvatico, il «porcho selvatico» che, considerati gli ampi spazi non abitati e coperti di boschi, doveva essere di facile reperibilità. Il fatto che nel Medioevo le foreste fossero misurate a maiali è segno evidente della diffusione di questo animale allo stato brado. A Lucca nel corso del Trecento furono organizzate associazioni, con tanto di stipula, per la caccia agli animali selvatici, soprattutto cinghiali. Sui monti della Garfagnana si cacciava anche l'orso, la cui carne era commestibile e venduta sul mercato cittadino[78].

In tutta la Toscana il consumo della carne aveva un andamento settimanale e stagionale: assente durante la Quaresima e le vigilie (si macellava solo per i malati), aumentava sempre alla fine della settimana. Toccava le punte più alte nei giorni di Natale, Pasqua e, a Prato, durante la grande fiera di settembre. Allora si verificava un consumo davvero eccezionale di carne, compresa quella pregiata, lasciata anche agli appetiti popolani se i festeggiamenti cadevano fortunatamente in un periodo di prosperità.

La carne di agnelli e capretti da latte, in particolar modo i primi, era la più cucinata nel periodo delle festività pasquali. Anche ai ceti popolari era consentito il consumo di questo tipo di carne, dovuto probabilmente più all'abbondanza (le punte massime di consumo si avevano in aprile e maggio) che alle credenze religiose. Tanto che, quando la disponibilità degli animali giovani diminuiva, aumentava il consumo di quelli adulti.

Agnelli e capretti da latte, insieme ai vitelli, erano considerati carne pregiata, seguiti dal castrone e dal maiale. La carne di pecora, capre, caproni e buoi era quella meno pregiata e quindi più utilizzata dai meno agiati. Ma i tagli non costosi della vitella e quelli di porco meno pregiati diventavano già più accessibili. Inoltre, di tutti gli animali, venivano utilizzate anche le zampe e i piedi per fare zuppe e gelatine; per la mensa dei Priori, abituati ai cibi più costosi, erano utilizzati anche gli zampetti di «porcha». Nell'alimentazione di pregio di chi aveva importanti e autorevoli incarichi pubblici, accanto ai cibi più ricchi e nobili trovavano posto anche le interiora. Nel vitto di un Capitano di custodia incaricato a Pistoia nel 1339, ugualmente abbondante

per quantità e qualità di quello riservato ai Priori, ci sono carni pregiate, tutti i tipi di frutta e verdura, compresi i funghi, preziosità come lo zucchero rosato, ma anche il ventre di vitella[79].

Le frattaglie e le interiora erano di uso comune, soprattutto il ventre (il più ricercato era quello di vitella, il meno apprezzato quello di ovini adulti) che veniva generalmente lessato per fare la «broda» con cui bagnare il pane della «suppa», servita con l'aggiunta di spezie[80]. Ma questa non era una pietanza da lasciare solo a chi non poteva permettersi di preparare altro, perché appariva di sovente sulle tavole della ricca borghesia cittadina. E anche in casa Datini compare il ventre e il lampredotto, mentre ser Lapo Mazzei riusciva a far indigestione con una «nobile poppa» che gli era stata regalata[81].

La testa completa o il muso dei grandi animali, frattaglie, *granelli* (testicoli) e tutte le rigaglie di pollame entravano nelle preparazioni culinarie. «Budelli di cappone» erano tra gli ingredienti del «sommacchia di polli o di uccelli», una ricetta del XIV secolo, che si poteva fare anche con pesci «battuti», in cui erano presenti le immancabili mandorle, il «sommaco» (una sostanza di origine vegetale che ora si usa solo per conciare) e, eventualmente, amido[82]. Le «testicciuole» degli agnelli e dei capretti venivano anche servite sulle tavole delle taverne, e le coratelle erano considerate sufficientemente prelibate da meritare un posto nei ricettari.

«E prega il ciel, che faccia che gli agnelli/Quanti le melagrane abbian granelli» recitava il *Malmantile* in più tarda epoca[83]. Risalendo nei tempi è l'*Odissea* a raccontarci che i Greci gettavano «al fuoco le lingue» e «gustavano i visceri» degli animali offerti agli dei, libando, durante i riti sacri[84].

## *L'allevamento domestico*

È indubbio che l'allevamento degli animali da cortile e le colombaie contribuissero notevolmente all'apporto di carne. In

città le abitazioni con il cortile avevano anche il pollaio, e tutte le case coloniche avevano l'aia con i volatili, tra cui l'onnipresente cappone. Era il cappone vagheggiato da Francesco Datini per il suo annunciato ritorno a Prato: «Più mi piace il cappone che il pollastro, sicchè voi non potete fallire a cominciare a buona otta a porre delle galline»[85]. Si preparavano capponi, largheggiando in quantità, per fare festa con gli amici, per gioire dei momenti felici e importanti della vita, per assaporare la benevolenza della sorte che offriva un po' di agiata spensieratezza. Chi riceveva personaggi importanti come quelli a cui Datini apriva sempre volentieri la casa, come investimento per il futuro dei propri affari, ma anche come conferma del traguardo sociale raggiunto, accanto al cappone metteva la selvaggina più pregiata. E in una novella del Boccaccio una premurosa signora faceva portare dalla fantesca due capponi all'amante, insieme a tante uova fresche e un fiasco di buon vino per sostentarlo, mentre per il marito aveva fatto preparare solo carne secca bollita[86].

Tutti gli abitanti della città che avevano un sia pur minimo pezzetto di terra allevavano qualche pollo e gallina, almeno per il consumo di uova. In mancanza c'erano i pollaioli e i banchi di Piazza Duomo, riforniti in abbondanza di uova a buon mercato, che per i più poveri potevano essere anche l'unico companatico, ma almeno un companatico qualche volta.

Tra la fine del Trecento e il primo quarantennio del Quattrocento all'albergo della Stella le uova venivano preparate con sistemi di cottura che sono ancora quelli di oggi: affrittellate, «affogate» (in camicia) e lesse, a parte qualche variante come il «pesceduovo». Nei ricettari si insegna con rarità a cucinare le uova, si danno invece consigli per legarle alle salse e per preparare la «gratonea», una preparazione che prendeva questo nome proprio dalla presenza di uova, in particolare del tuorlo sbattuto.

Le uova erano un alimento che almeno ai malati si cercava di non far mancare, perché era considerato particolarmente adatto per qualsiasi tipo di malattia. «Pane, vino, uova» erano gli alimenti principali che gli ospedali fornivano agli appestati, anche durante le pestilenze dei secoli successivi.

La carne ritenuta necessaria per gli ammalati era soprattutto quella di capponi, polli e pollastri, per la maggior parte provenienti dai pollai che gli ospedali cittadini avevano nei propri possedimenti agricoli e negli orti, e quando questi allevamenti non erano sufficienti si ricorreva al mercato cittadino e alla campagna. Tra i nomi di fornitori di carne dell'ospedale della Misericordia si nota quello di Marco Datini, tavernaio, che in alcuni mesi del 1346 rifornì di carne di castrone l'ospedale, mentre nel maggio del 1348 fece una fornitura di capretto e ancora castrone[87].

In un libro di uscita di denari dell'ospedale, che va dal 1423 al 1424, abbiamo registrati acquisti di «tonnina», capretti e carne di castrone per «la famiglia» e per i «prigioni», al cui sostentamento doveva provvedere anche quello del Dolce (nel 1545 si forma un unico «spedale», quello della «Misericordia e Dolce»). Dalle note di pagamenti dell'ospedale della Misericordia per acquistare carne per la «domenica» destinata agli ammalati e ai «prigioni», dal 1424 al 1435, risulta che la carne di castrone è quella acquistata in maggiore quantità, e a volte insieme al castrone viene acquistata anche carne di vitella, di porco, di bue, arista ed anguille[88]. Questi acquisti non sono però indicativi dell'effettivo consumo di carne, sia per quantità che per qualità, perché la maggior parte degli alimenti proveniva dai possedimenti agricoli degli ospedali. Facevano eccezione circostanze particolari, come la festa di S. Silvestro del 1485/86 quando Giuliano da S. Gallo, l'architetto di S. Maria delle Carceri, portò all'ospedale del Dolce che gli aveva commissionato una mensa di pino, 15 libbre di vitella, 12 fiaschi di vino trebbiano e 20 tordi, per cui fu rimborsato il 2 gennaio[89].

Per testamento del rettore dell'ospedale della Misericordia, frate Francesco di Tieri, fatto nel 1363, i poveri e gli infermi dell'ospedale dovevano avere in perpetuo per la festa di Ognissanti una pietanza di pollastri e di polli, pagata con due fiorini d'oro presi dal suo lascito[90]. Questo non solo perché era considerata carne particolarmente adatta per i malati, ma soprattutto per rispettare l'usanza di festeggiare Ognissanti con pollame.

In Toscana l'animale d'elezione scelto per questa festa era l'oca. Nel 1298 il fiorentino Guido dell'Antella annota nei *Ricordi* che le botteghe date in affitto gli fruttavano oltre al canone «un'oca grassa per onnisanti»[91]. È anche la novellistica di Franco Sacchetti e Giovanni Sercambi a parlare di oche comprate e cucinate per festeggiare, rese ancora più appetibili con un ripieno di aglio, melacotogna, oppure allodole e uccelletti grassi[92].

E quando non è oca è anatra, come nel caso dell'Ognissanti di Margherita Datini: «Se non fose ch'io piglio domatina medicina e anche ci sarano i maestri, se il tenpo fia da ciò, tu m'aresti veduto domane chostà chon tuta la famiglia e arei arechate l'anitre mie, che sono giovane, e aremo fatto l'Ognisanti»[93]. E un'oca era il regalo ambito, insieme al palio scarlatto con inserti d'oro e d'argento, destinato al vincitore della corsa del palio che a Prato si svolgeva il 26 dicembre, giorno di S. Stefano.

Tra i volatili da allevamento più apprezzati e consumati c'era anche il piccione. Alla fine del Duecento all'interno delle mura di Prato vi erano circa duecentocinquanta colombaie che avevano più di quattromila paia di colombi.

La colombaia più ricca di Prato, con 100 coppie, apparteneva a un Ammannato Bianchi, della famiglia degli Ammannati, alla quale con tutta probabilità appartenne la torre all'angolo tra via Pugliesi e via Cairoli. Il Comune dettava norme per regolare la vendita dei piccioni e calmierare i prezzi: nel 1288 non si potevano vendere a più di 15 denari al paio e non più di un paio a persona; osti, vinattieri e tavernai non potevano vendere piccioni cotti a più di 9 denari ciascuno[94].



### *Il formaggio*

Per integrare l'apporto di proteine c'era una buona disponibilità di formaggio grazie alla ricchezza di greggi sulla Calvana e nell'alta Val di Bisenzio. Dentro le mura non si potevano allevare pecore e capre per scongiurare i danni che avrebbero

potuto provocare, ma queste bestie avevano a disposizione le zone meno produttive e coltivate, dove, soprattutto in alta collina, potevano trovare abbondanza di pascoli spontanei. Alla fine del XIV secolo le greggi dovevano essere ben numerose, se per nutrire solo la città e i suoi dintorni si macellavano ogni anno oltre diecimila capi di bestiame. Gli allevamenti inoltre fornivano lana per la tessitura locale e fiorentina, e latte in abbondanza per fare il cacio delle pecore, come veniva chiamato genericamente il pecorino.

Il latte, utilizzato in cucina soprattutto di pecora e di capra, sebbene con rarità di qualsiasi genere fosse, perlomeno a giudicare dai ricettari, era un alimento facilmente deteriorabile per la difficoltà dei tempi di conservare i cibi, e quindi poco consumato, soprattutto nelle stagioni calde. Al Mercato Vecchio di Firenze «molte contadine con pentole di latte fanno stuolo», però solo «quando 'l tempo» affermava il poeta trecentesco Antonio Pucci[95].

Per cucinare si ricorreva in larga misura al latte di mandorle, che entrava nella composizione di una miriade di pietanze, inoltre si poteva utilizzare anche il burro di mandorle, usato soprattutto nelle vigilie e in Quaresima in sostituzione dei grassi animali. «Se vuoli farre burro di grasso di mandorle per condire alchuna vivanda in venerdì e da quaresima, togli tre libre di mandorle, e può ne condire torta di XX persone. E di questo burro puoi condire tartare e altre torte in dì che non si mangi charne», si legge nel manoscritto toscano della prima metà del Trecento. Una ricetta molto simile per fare «butiro de grasso de mandole», per gli stessi motivi penitenziali, si trova anche nel codice Casanatense[96].

Il formaggio, compensando lo scarso consumo di latte e burro, diventò un alimento presente in tutte le mense dei pratesi, magari in quelle doviziose in maggior quantità, e soprattutto varietà e qualità. Era praticata la transumanza in Maremma, non solo delle greggi, ma anche di buoi, vacche e cavalli. Ma il formaggio, alimento antico come le vicende bibliche, si poteva consumare in tutti i periodi dell'anno grazie alla stagionatura, oppure sott'olio, sotto il grasso di maiale, o in orci asciutti come

si faceva all'epoca per i marzolini, formaggi fatti con latte di pecora, più raramente con l'aggiunta di latte vaccino.

Scrive Bartolomeo Sacchi (il Platina) che due erano le varietà di formaggio che si contendevano il primato in Italia: «Il marzolino, come lo chiamano i Toscani, che si fa in Toscana nel mese di marzo; e il parmigiano delle regioni cisalpine, che si può chiamare anche maggengo dal mese di maggio»[97].

Il formaggio di cui Paolo di ser Ambrogio, caciaiolo di Porta Gualdimare (ora via Carraia) tra il 1390 e i primi due decenni del 1400, si rifornì in misura maggiore fu il cacio di forma. Con il termine forma si identificava il parmigiano, come avviene ancora oggi in Emilia, e non il contenitore in cui si preparava, dato che si usava dire «forma di cacio di forma»[98]. Ma il termine parmigiano si trova già menzionato in un codice del XIII secolo, custodito alla Biblioteca Marucelliana di Firenze, in cui si parla di questo formaggio da «grattugiare»[99]. Se si tengono distinti i due termini può essere interessante notare, anche per dare un'idea della quantità del commercio di questo formaggio in città, che dal 1390 al 1412 questo caciaiolo acquistò 5.143 libbre e 9 once di cacio «di forma» e 796 libbre e 2 once di cacio parmigiano. Per quantità al primo posto nell'ordine degli acquisti era il primo tipo di cacio, poi seguivano il «sardesco», il «calorese» (sembra proveniente dalla Gallura), il «marigiano» (prodotto sulla costa tirrenica), e il parmigiano. Nella bottega si trovavano anche questi formaggi: il cacio secco, il siciliano, il «pettinato» o «nettato», il messinese, il pecorino, il cacio «passo», il cacio cavallo, il pisano, il pistoiese, il cacio salato, i «cacioli», un formaggio tipo caciotta da consumare fresco. Il più caro di tutti era il parmigiano. Un altro tipo di formaggio ancora, il «bufalino», lo troviamo segnato, tra il 1380 e il 1386, nel registro contabile di un altro caciaiolo pratese, Giovanni di Paolo Luchini[100].

Si trovava anche il cacio da *mastrice* (così chiamato perché la crosta veniva unta con olio di mastrice, la resina prodotta da un arbusto, il lentisco), ma questo non era destinato alla tavola perché si trattava di un prodotto che, mescolato a calce, produceva caseinato di calce, un potente collante molto utilizzato all'epoca.

All'albergo della Stella si potevano mangiare il formaggio marzolino, il parmigiano e il raveggiolo che venivano presentati sia crudi che cotti, e anche quando si trattava genericamente di «cacio» era specificato se cotto o crudo. Il formaggio andava nella zuppa, si univa alle uova, diventava anche l'unico companatico. Spesso era la frutta ad accompagnarlo e, quando era la stagione, arrivavano i baccelli, a testimoniare usanze che si conservano ancora.

## *Il pesce*

Assente la carne, ma sovente anche il latte e i derivati, durante le tante vigilie che nell'arco dell'anno superavano i cento giorni, appare il pesce.

Il Bisenzio e i suoi canali erano ricchi di pesci, utilizzati soprattutto per la frittura, tanto che il ricordo dei pesciolini pescati e subito fritti nelle trattorie vicine al fiume rimane ancora nel ricordo a memoria d'uomo. Si poteva pescare anche nelle «carbonaie», cioè i fossati che circondavano le mura e che venivano utilizzati come pescaie da chi era munito di permesso, accordato dal Comune sempre al miglior offerente.

In cucina si faceva largo uso di lucci e tinche, sia d'Ombrone che di lago. I Priori di Firenze apprezzavano particolarmente i lucci di questo fiume. Anche le anguille erano cucinate con frequenza: se le più pregiate arrivavano da Ferrara e da Comacchio, sul mercato locale ancora nei secoli successivi si trovavano quelle d'Ombrone, Bisenzio, di lago, di vivaio e dei fossi[101], ma anche dei 'bozzi' lasciati dalle piene del Bisenzio.

I pesci, compresi quelli pregiati come le lamprede, venivano preparati sovente in gelatina con spezie e erbe aromatiche. L'aceto e il vino utilizzati per la cottura, oppure l'aceto versato dopo, diventavano così un ottimo conservante per un cibo facilmente deteriorabile, inoltre la gelatina di pesce andava a sostituire quella di carne nei momenti di vigilia. Nei ricettari tan-

ti sono i consigli per la preparazione nella sfoglia di pasta, cioè in «torta» o «crostata». Ma in genere i pesci piccoli o di qualità ordinaria venivano fritti, quelli grossi si bollivano o arrostivano, ed erano sempre accompagnati da salse e intingoli vari. La frittura era fatta generalmente in olio, ma non era insolito il lardo.

All'albergo della Stella le anguille, oltre che fritte, venivano anche preparate «in crostata», o servite «in tocchetto» con le spezie. Questo tipo di cottura doveva essere consueto se «sardelle in tocchetto» compaiono anche in una cena tra un gonfaloniere di giustizia, un Priore di Firenze e un noto medico [102]. Le anguille «in crostata» dell'albergo testimoniano un'abitudine culinaria che dai ricettari e dalle corti era dilagata fino alle tavole a cui si sedevano non solo i maggiorenti, ma anche la piccola borghesia cittadina.

Il pesce si cucinava anche in «brodetto», l'antesignano di tutte le future zuppe di pesce, e «in guazzetto», quest'ultimo usato anche per le carni. Erano evidentemente abitudini tanto apprezzate da mettere radici e da meritare di essere citate nel *Morgante* di Luigi Pulci, in cui il poeta di corte del Magnifico Lorenzo e con lui sodale di scorribande amorose e gastronomiche, dà una ghiotta lezione sul miglior modo di «tener unta la gola».

Sui tavoli dell'albergo della Stella comparivano anche i gamberi, non si sa se di mare o di fiume, ma è probabile fossero di acqua dolce considerata la grande diffusione durante il Medioevo nei corsi d'acqua, tanto che quasi tutti i ricettari insegnavano a cucinarli, dal modo più semplice, cioè lessati, alla preparazione in «torta». I ranocchi «di che i pratesi son ghiotti», come scriveva Malaparte quando si trovavano ancora nelle gore e nella palude dell'Osmannoro durante le piene di primavera[103], erano già appetiti dai palati medievali e venivano portati ancora gracidanti all'albergo pratese per essere ripresi dopo la cottura.

Nei periodi di vigilia aumentava il consumo del pesce soprattutto tra gli ecclesiastici. Il che ingenera il sospetto che il pesce andasse a sostituire la carne solo laddove se ne faceva uso. Quando invece l'acquisto di carne avveniva solo saltuariamente, o forse mai, la vigilia era una condizione ineluttabile.

Paolo di ser Ambrogio nella sua bottega vendeva «tonnina», così veniva chiamato il tonno in salamoia, proveniente da Palermo e da Castellamare del Golfo. Per rifornirsene ricorreva sia a commercianti pratesi, che a quelli sulla piazza di Pistoia e di Pisa, ma anche di Signa, perché la merce che proveniva dalla Sicilia sbarcava a Porto Pisano, poi arrivava a Signa attraverso l'Arno e a Pistoia attraverso vie terrestri.

In questa bottega si trovava inoltre pesce salato e essiccato: aringhe, anguille, sia del tipo ferrarese che bolognese, muggini sotto sale, «sorra» (schiena o pancetta del tonno in salamoia). Ma per tutto il Trecento e in tutto il Mediterraneo, il pesce di mare conservato che veniva consumato in maggiore quantità era il tonno, anche se non era a buon mercato. L'apprezzamento per le sardine e le acciughe conservate sarà più tardivo, ma destinato a crescere col tempo.

I pesci più cari erano gli storioni, secchi o salati; però la «sorra» poteva avere lo stesso costo. Se confrontiamo i prezzi con la carne conservata vediamo che la salsiccia, la più cara tra le carni suine salate e secche, nel 1408 costava 3 soldi la libbra, nello stesso anno invece la «tonnina» 4 soldi e la «sorra» 4 e 6 denari, che era il prezzo raggiunto dallo storione l'anno successivo (per il 1408 non ci sono dati su questo pesce)[104].

PARTE SECONDA
# LE MENSE SOLENNI E I RICETTARI

Era un'epoca in cui una classe ristretta di agiati poteva permettersi con larghezza di mezzi una cucina abbondante, complessa per sistemi di preparazione e ingredienti costosamente ricercati. Era quella dell'altoclero, dei Priori a Firenze e delle famiglie magnatizie. La cucina delle corti nobiliari, cosmopolite anche per alleanze dinastiche, era arrivata nelle città dove si concentrava sempre di più il potere economico e politico, forgiando le abitudini conviviali delle nuove *élites* e nello stesso tempo adattandosi alle mutate condizioni sociali. Ne nascerà un gioco di echi e di rimandi che all'epoca si rifletteva nei ricettari di tutta Europa, e che sarà destinato a caratterizzare la gastronomia a venire.

La buona cucina, soprattutto ricca di portate elaborate, si inizia ad apprezzare dal XIII secolo. È quando si preparano sfarzosi banchetti in occasione delle ricorrenze religiose e delle feste cittadine che spesso coincidevano, ma anche per ricevere con grande sfarzo pubblico e privato i personaggi illustri di passaggio in città con i loro seguiti rutilanti. E con dovizia di apparecchiature si suggellavano matrimoni che con il lusso e l'opulenza dovevano dimostrare l'importanza e la ricchezza delle famiglie. Proprio su queste tavole si fa sempre più sfumato il confine tra mensa ricca per titoli nobiliari e mensa ricca per commerci, banche e manifatture.

Tra la fine del XIII e l'inizio del XIV secolo in tutta Europa fioriscono i ricettari di cucina, o meglio rifioriscono, considerato che quelli dell'antichità erano stati dimenticati nell'alto Medioevo. La raccolta culinaria del IV secolo, attribuita ad Apicio e utilizzata fino all'VIII, non fu più copiata, se non come testo della classicità, a partire dal secolo successivo. Dopo secoli di oblio l'arte della cucina riparte con i nuovi ricettari medie-

vali che mettono le fondamenta su cui verrà costruita la gastronomia dei secoli successivi, fino al nostro.

Dall'inizio del XIV secolo fino alla fine del XV tutti i manoscritti che furono copiati in Italia derivano da due capostipiti: uno è il *Liber de coquina,* una raccolta in latino che è stato ipotizzato fosse nata alla corte angioina di Napoli, senza però che ci fossero validi argomenti per dimostrare ciò; l'altro è il codice Riccardiano, che risale alla tradizione culinaria dei *12 ghiotti*, cioè alla raccolta scritta nel XIII secolo nella cerchia dei 12 ricchi e gaudenti aristocratici della *Brigata spendereccia senese*. Questo manoscritto, di lingua chiaramente toscana, e anche di ambiente (si parla di pesci d'Arno), è il più antico esemplare culinario in volgare in Italia[105].

Studi recenti hanno accertato che la corte angioina ha avuto solo una funzione di trasmissione per il *Liber de coquina* e accreditano, invece, l'ipotesi che l'opera sia nata alla corte di Federico II. Era proprio l'alto livello culturale dell'ambiente federiciano che poteva favorire la traduzione dall'arabo o la scrittura di ricette in volgare, poi tradotte in latino (con buone conoscenze del francese e dell'arabo). Sarà poi l'aiuto di cuochi di esperienza internazionale e l'intervento di uno, o più medici, conoscitori della dietetica araba, a far concepire un'opera che faceva diventare la gastronomia una scienza a tutti gli effetti. I dati interni all'opera sembrano confermare questa ipotesi[106]. Innanzitutto all'inizio del *Liber de coquina* spicca una preparazione di cavoli «secundum usum imperatoris», che una accorta analisi filologica e storica dimostra sia proprio un'invenzione di Federico II. L'usanza da parte di grandi personaggi del mondo politico e letterario di dare il proprio nome alle ricette era diffusa nel mondo arabo, ma nell'Europa medievale l'idea del colto gastronomo che si diletta di cucina non era ben accolta, così l'unica eccezione può essere rappresentata in un ambiente fortemente arabizzato proprio da Federico II e dal figlio naturale Manfredi. Nel codice Casanatense troviamo la «torta Manfreda bona e vantagiata» e la «torta di Re Manfredo da fava frescha»; nella stessa raccolta sono descritte le «fritelle da Imperadore magnifici» che vedono come artefice ancora Federico.

L'assenza delle ricette riferite a Manfredi nel *Liber de coquina* si giustifica con la maggiore antichità dell'opera rispetto a queste, che sarebbero effettivamente da collegare al periodo del suo regno (1258-66). Queste analisi storiche e filologiche evidenziano che, nel patrocinare la redazione del primo libro di gastronomia europea, Federico sceglie senza esitazione la cucina 'italiana' del suo regno meridionale, profondamente caratterizzata dall'influsso arabo, filtrato attraverso la mediazione normanna e sveva e arricchito da tutte le contaminazioni culturali che permeavano la corte cosmopolita di *stupor mundi*.

Il codice Riccardiano, copiato presumibilmente nel 1338-1339, contiene ricette di vermicelli, biancomangiare, tortelli e tortelletti; insegna a preparare spalla di castrone ripiena, migliacci bianchi, polli e capponi, pesci infarinati e fritti «a schibeci» (a scapece), tinche in «brodetto», pesce in «crostata» e in gelatina, «minuto» (minestra di erbe lessate e battute) con anguilla, porrata, «pollastri a stufetto» (uno stufato con acqua e un po' d'aceto), torte di gamberi, di erbe, di latte. I pollastri e i capponcelli con il succo di arancia, in «lumonia», come viene qui insegnato, appartengono alla tradizione culinaria medievale. Anche negli altri codici, compreso il *Liber de coquina*, si insegnava a preparare volatili con il succo di agrumi (anche «limonia» e «lomonia»).

Nei testi medievali compaiono alcuni nomi di vivande che derivano dall'arabo, oltre la «limonia» (da *laimun*), come «sommacchia» (da *summaq*, sommaco), «romania» (da *rumman*, melagrana), in cui l'influenza della cucina araba è evidente, dovuta ai rapporti commerciali con il mondo a cui apparteneva, ma anche all'influenza che ebbe la dominazione araba in Sicilia e ha continuato ad avere nei secoli successivi.

L'usanza di cucinare volatili con l'aggiunta di succo d'agrumi, praticamente gli antenati del *canard à l'orange*, continuerà anche nel secolo successivo, soprattutto nei banchetti di rappresentanza. La ricetta del papero all'arancia, destinata a non tramontare, e quella per preparare la gru, che già era una moda culinaria tra i romani ma che, invece, sarà dimenticata una volta finita l'opulenza dei banchetti rinascimentali, sono nel secondo dei due libri di cui si compone il manoscritto, in toscano, con-

servato alla Biblioteca Universitaria di Bologna. Il primo, della seconda metà del secolo XIV, si rifà alla tradizione dei *12 ghiotti*; il secondo, *Il libro della cocina*, databile tra la fine del XIV e gli inizi del XV, al *Liber de coquina*[107].

I paperi arrosto con le melarance erano nel menù del pranzo per la festa della Trinità che si tenne nell'omonimo monastero vallombrosano di Firenze a metà Trecento. Le gru, che venivano cacciate anche a Peretola, cotte arrosto dal cuoco Chichibio mandavano «un grandissimo odor», come racconta il Boccaccio, tanto da spingere la Brunetta, vagheggiata dal cuoco, a chiedere e ottenere una coscia, con grande disappunto del padrone di casa che l'aveva fatta preparare per gli ospiti[108].

Molte preparazioni, soprattutto le più spettacolari ed elaborate, utilizzate nelle imbandigioni sontuose, facevano parte di una 'cucina internazionale' diffusa dai re dei fornelli di allora, richiesti e ben pagati che, con ricettari al seguito, magari arrotolati per comodità di trasporto, portavano il meglio delle loro conoscenze e capacità nelle cucine dei re, dell'aristocrazia e del papato. Ma al di là dei viaggi di corte in corte dei cuochi del tempo, una cosa è certa: di tutti i ricettari medievali quelli italiani offrono la più ampia scelta di tutta Europa. Infatti le preparazioni, anche se a volte sotto lo stesso nome sono indicati ingredienti e procedimenti diversi, che ricorrono nelle raccolte europee sono anche in quelle italiane, ma non viceversa.

La grande diffusione del *Liber de coquina*, non solo in Italia, ma anche in Francia e Germania, ha sicuramente giocato un ruolo importante, se non fondamentale alla creazione di una cucina dal 'sapor cosmopolita', anche perché scritto in latino, cioè nella lingua internazionale del tempo. Lo stesso non si può dire della raccolta di ricette della tradizione dei *12 ghiotti*, che è circolata solo in volgare e, anche per questo motivo, non ha varcato i confini italiani. È stata però copiata in veneziano in un codice del XV secolo, il Casanatense, anche se con trasformazioni, aggiunte e soppressioni[109].

È interessante notare che alcune ricette della stessa pietanza, come ad esempio quelle dei «tortelli» per la Quaresima, preparati senza l'involucro di pasta con zucca lessata, mandorle, spe-

zie, poi fritti in olio e spolverizzati di zucchero, sono ripetute nel codice Riccardiano, in quello Casanatense (che nella stessa ricetta li definisce anche «tortellini») e nel primo libro di quello conservato nella Biblioteca Universitaria di Bologna, cioè in tutti i codici che risalgono alla tradizione toscana dei *12 ghiotti*.

I «tortelletti» e i «tortelli» da Quaresima con lo zafferano nella sfoglia di pasta, riempiti di mandorle, nocciole e noci, poi sempre fritti in olio e spolverizzati di zucchero, da servire per *dessert*, appaiono sia nel codice Riccardiano che in quello Casanatense. Le ricette hanno lo stesso titolo e l'unica differenza è la mancanza di noci in quelli che nel primo codice vengono chiamati «tortelletti». Noci tritate, e solo quelle, andavano anche nelle lasagne cosparse di zucchero e spezie prima di essere servite in tavola, sempre nello stesso periodo di vigilia in cui la mortificazione dei piaceri era un pedaggio, istituzionalizzato anche dai ricettari, per accedere al Paradiso[110]. In periodi storici in cui la Chiesa smerciava anche la Grazia per rimpinguare le proprie casse, così che la ricchezza aumentasse il potere, e questo la ricchezza, la continenza a tavola non rappresentava certo uno dei costi più gravosi. L'elaborata torta di lasagne del codice Riccardiano, da preparare per Quaresima con «fogli di lasagne grandi» a suoli tra «due croste» aveva ingredienti alla portata dei più, come la frutta secca, i fichi, le pere ruggine e le mele. Ma c'erano anche i datteri, le spezie e lo zucchero accessibili a pochi, e quindi diventava una vivanda che aiutava solo i già privilegiati ad essere i buoni cristiani del tempo.

Il *Liber de coquina* insegnava in latino, e quindi non certo al volgo, a preparare le lasagne (il termine deriva probabilmente dalle *laganae* apiciane) in questo modo: «Ad lasanas, accipe pastam fermentatam et fac tortellum ita tenuem sicut poteris». E qui vediamo che nei più antichi trattati gastronomici il «tortellum» era semplicemente una striscia di pasta. Questo trattato consigliava di dividere la pasta in quadrati di tre dita di lato. «Prendi poi dell'acqua bollente salata e facci cuocere le suddette lasagne. E quando saranno cotte bene, aggiungi del formaggio grattugiato. E, se vuoi, puoi mettere anche delle buone spezie in polvere e spolverale sopra di esse dopo che le avrai messe su un

tagliere. Poi stendivi sopra un altro strato di lasagne e spolvera ancora; e, sopra, un altro strato e spolvera; e ciò finché il tagliere o la scodella non siano pieni. Poi si mangiano prendendo(le) con un bastoncino di legno appuntito»[111].

Il *Libro della cocina*, il secondo del codice bolognese, presenta una ricetta molto più semplice: pasta sottile, non lievitata, cotta nel brodo di capponi o altro brodo di carne grassa, poi messa nei piatti a suoli con cacio «grasso» grattato.

È interessante notare che nel 1339, a Prato, tra i pochi che vendevano prodotti alimentari c'era anche un lasagnaio. Ma le lasagne non erano una vivanda a buon mercato: in Sicilia, come i maccheroni, triplicavano il prezzo del pane all'inizio degli anni settanta del Trecento; nelle *Novelle* del lucchese Giovanni Sercambi le lasagne, come tutta la pasta, venivano considerate dai protagonisti cibo di gran gusto e anche considerevole costo[112]. I prezzi dell'albergo della Stella lo dimostrano: nel 1395 una portata di lasagne per tre persone costava 10 soldi di fronte ai 12 soldi di due volatili come una starna e una beccaccia, che erano selvaggina destinata a tavole di lusso. Proprio quell'anno le lasagne comparvero sulla tavola natalizia di Francesco Datini, che festeggiava il Natale a Pisa[113]. Per gli stessi 10 soldi l'anno successivo (quindi i prezzi erano pressoché gli stessi) venivano portati all'albergo pratese maccheroni, pane e uova affrittellate per sei persone. Due taglieri di ravioli (praticamente 4 porzioni, perché è certo che un tagliere serviva per due persone), che vennero ordinati nello stesso periodo da tre avventori di Lucca con due famigli, costarono 12 soldi.

Per ravioli s'intendeva sia il tipo di pasta ripiena sia l'impasto 'svestito', in entrambi i modi entravano negli ingredienti che componevano le «torte». Nel codice Casanatense si dà una ricetta di ravioli con la sfoglia di pasta, come preparazione a sé stante, che sono quasi uguali a quelli di oggi, a parte la presenza di alcune spezie che ora non sono più utilizzate. I ravioli, se fritti in olio o lardo, venivano spolverizzati con zucchero; se cotti in acqua o brodo, con spezie e formaggio. Il ripieno poteva essere di carne di maiale tritata, cacio, uva passa, prezzemolo e spezie; ma anche di «herbe», cacio e «specie dolze e forte». Il

cacio del ripieno di quelli preparati per i Priori era esclusivamente da «raviuoli».

La distinzione fra spezie dolci e forti veniva fatta anche da Margherita Datini[114]. Nel codice Casanatense, che ha alla base la tradizione toscana, per spezie dolci si intende questa mistura: «uno quarto de garofali, una onza de bon zenzevro» e «una onza de cinamo leto». Per spezie forti invece: «mezo quarto de garofali e do onze de pevere» e «arquanto pevere longo e do noce moscate». Le spezie fini, nello stesso codice, sono composte da un miscuglio fatto di *cinnamomo* (cannella), pepe, garofani, zafferano e zenzero.

Con le spezie, eventuale aggiunta di mandorle pestate, ma anche zucchero, si cospargeva il brodo, sia di carne che di pesce. Quello di carne veniva preparato anche con volatili pregiati, e per fare quello di cappone si arrivava a richiedere «VI caponi grassi» per 12 persone[115]. Nel paese di Bengodi, così come è descritto dal Boccaccio, il brodo per eccellenza era quello di capponi, dove si lessavano maccheroni e ravioli, preparati in continuazione da gente che stava sopra «una montagna tutta di formaggio parmigiano grattugiato»[116].

I maccheroni erano probabilmente un tipo di pasta a strisce lunghe: lo farebbero supporre quelli che Noddo d'Andrea, protagonista di una novella del Sacchetti, «aviluppa e caccia giù», cioè vengono avvolti con la forchetta, evidentemente già presente in Toscana non solo sulle tavole dei nobili e della ricca borghesia[117].

L'uso della forchetta nel Trecento era decisamene raro, sia pure nelle corti, ma in Toscana non doveva essere insolito se veniva utilizzata anche nelle taverne, almeno quando era indispensabile. Certa è la sua comparsa nei serviti di posate per le tavole ricche, sia per potere che per guadagno, come quelle delle magistrature civiche e di Francesco Datini. Quando nelle corti regnanti si mangiava ancora con le mani, anche se nettate in preziosi bacili con acque odorose, coloro che reggevano la *res publica* di Firenze e Siena avevano forchette d'argento, e già dal 1360; invece sarà solo quasi vent'anni dopo che nell'argenteria del re di Francia apparirà la forchetta[118]. Per l'imbandigione del-

la tavola del Datini c'erano dodici forchette che facevano parte di un servito di posate d'argento completo di cucchiai, coltelli e coltellini.

In una illustrazione dell'*Opera* di Bartolomeo Scappi, pubblicata a Venezia nel 1570, vediamo un «ferro da maccaroni», che ci lascia intuire senza ombra di dubbio come con quell'utensile si tagliasse un tipo di pasta a filamenti, che quindi aveva bisogno della forchetta per essere mangiata con agio[119]. Mentre in un'incisione veneziana del 1613, dal titolo «I maccheroni», vediamo che questi erano dei pezzetti di pasta che si mettevano in bocca con un bastoncino di legno[120].

Maestro Martino de' Rossi (de Rubeis), nato nel Ticino, che tra la metà e la fine del Quattrocento scrisse cinque ricettari che diventarono pietre miliari della gastronomia, di cui due fino al 1997 inediti[121], dava la ricetta dei maccheroni «siciliani» e «romaneschi». I primi, da cuocere in acqua o in brodo di carne, e poi conditi con abbondante cacio, burro fresco e spezie dolci, dovevano essere lunghi circa il palmo di una mano, sottili come una pagliuzza e forati per tutta la lunghezza. I «romaneschi» insegnava a prepararli con pasta un po' più grossa di quella delle lasagne da avvolgere intorno a un bastone. «Et da poi caccia fore il bastone, et tagliala la pasta larga un dito piccolo, et resterà in modo de bindelle, ovvero stringhe», da cucinare in brodo o in acqua, a seconda dei giorni di grasso o di magro, e condire con burro, cacio e spezie dolci[122].

La pasta, sia quella fresca che quella seccata per la lunga conservazione, fino al Seicento non era un cibo popolare, per l'alto costo. Era però presente sulle tavole da lungo tempo, anche se non su quelle miserabili. Le indicazioni che abbiamo sulla pasta sembrano confermare che la nascita sia collegata ai rapporti tra il sud e il mondo arabo. La cucina araba aveva tra i piatti tradizionali la «ittriyya», che era una focaccia tagliata a strisce, lasciata essiccare e poi cotta nel brodo. Lo scrittore arabo Al Idrisi nel XII secolo informava che a Termini Imerese si producevano «trii», e anche in altre parti della Sicilia c'erano già artigiani che producevano pasta. Nei primi decenni del secolo successivo sia Napoli che diverse città liguri, tra cui in particolare Genova,

producevano pasta, che fu chiamata anche «fideli» (dall'arabo *fidaws*). Successivamente anche la Puglia e la Toscana avrebbero iniziato a produrre pasta a lunga conservazione, che i toscani denominarono «vermicelli» (già noti a Firenze a fine Duecento), mentre il termine «fideli» rimase nel sud d'Italia.

Gli gnocchi (senza patate, naturalmente), secondo i trattati di storia della cucina, sembra non appartengano alla tradizione toscana e appaiano sulla scena gastronomica in epoca più tarda. Vengono, invece, menzionati per la prima volta nel libro trascritto in toscano, della seconda metà del XIV secolo, appartenente al codice conservato alla Biblioteca Universitaria di Bologna, che ha origine dalla tradizione dei *12 ghiotti*[123].

Il riso, che per tutto il Trecento aveva un alto costo, era un altro alimento consumato solo sulle tavole economicamente privilegiate. Proveniva quasi tutto dall'Oriente perché l'unica area di produzione italiana era la Sicilia, ma a partire dal secolo successivo la coltivazione cominciò a diffondersi nelle regioni dell'Italia settentrionale. Nel Cinquecento le Cascine di Tavola, vicino alla villa medicea di Poggio a Caiano, diventarono un importante centro di coltivazione, nonostante il malumore dei contadini che vedevano sottrarsi terre e risorse idriche destinate alle altre coltivazioni.

Il riso, citato insieme alle mandorle da Francesco Datini nelle lettere alla moglie, nel codice Riccardiano si insegna a cuocerlo nel latte di mandorla con zucchero. Era anche uno dei principali ingredienti del «biancomangiare» diffuso dai ricettari nelle cucine del XIV e XV secolo di tutta Europa. Di questa preparazione esistevano tante varianti, ma gli ingredienti principali, oltre il riso, erano la carne di pollo, le mandorle, o latte di mandorle, e lo zucchero. Nel codice Casanatense si danno queste dosi per 12 persone: 4 galline, 4 libbre di mandorle, 1 libbra di riso, 2 libbre «d'onto frescho», 1 libbra e mezzo di zucchero e «mezo quarto de garofalli». Quando la preparazione era cotta si suggeriva di mettere «aqua rosata per sopra le scutelle, e poy zucharo, e poy mandole sofrite bianche, e poy garofalli». Sostanzialmente simile la ricetta del primo libro del codice conservato a Bologna, con i capponi però al posto delle galline. Nel

codice Riccardiano, invece, si dà la versione con luccio e tinca al posto del pollo, ma gli ingredienti principali sono gli stessi. Mentre nel *Libro de la cocina* si può usare indifferentemente latte di pecora, di capra o di mandorle e, in tempo di Quaresima, sostituire il pollo con ranocchi o qualsiasi tipo di pesce, però solo di polpa bianca.

Un'altra pietanza, anche questa presente in tutti i ricettari italiani e diffusa in Europa, era la «torta», una preparazione con svariati ingredienti avvolta in una sfoglia di pasta: quella parmigiana veniva preparata oltre che in Italia anche in Inghilterra, Germania, Francia e Aragona.

Appare per la prima volta il tipo di pasta che oggi chiamiamo ravioli in quella «Torta parmigiana», così cosmopolita, del codice Riccardiano, il più antico tra quelli in volgare. Sono i «raviuoli bianchi cotti con pasta», preparati con caci freschi e albume d'uovo. Mentre per quelli verdi, a cui menta e prezzemolo davano la colorazione, non si parla di pasta. Anche nella «Torta parmesana bona» del codice in veneziano in cui è confluita la raccolta toscana di ricette, i ravioli sono di due tipi: bianchi, con formaggio fresco e chiare d'uova, avvolti «con croste di pasta»; verdi, con menta e prezzemolo, ma senza pasta.

Ravioli di formaggio senza l'involucro di pasta entravano anche nella «Torta de Romania» dello stesso codice, che aveva perso il succo di melagrana come ingrediente, rimasto invece in altre preparazioni, ma da cui aveva preso il nome in arabo. La melagrana, frutto dalle valenze propiziatorie di immortalità e fertilità per gli antichi orientali, era molto caro anche agli etruschi, tanto che tra le offerte di cibo in una sepoltura della necropoli di Casale Marittimo ne è stato ritrovato uno che risulta essere il più antico scoperto in Italia. Nel Medioevo la melagrana, miniata nei codici, affrescata sulle pareti dei palazzi signorili e disegnata a rilievo negli sfarzosi broccati e damaschi, era coltivata e utilizzata anche per estrarne il succo, denominato vino di melagrana.

Nella «Torta de Romania» andavano messi i polli soffritti nel lardo, formaggio, uova, datteri, susine, zenzero, chiodi di garofano, zafferano, spezie, uva passa e pinoli. Tutti questi ingre-

dienti venivano ricoperti da una «crosta», che si raccomandava di farla sottile. Uva passa e pinoli, insieme a datteri, prezzemolo, maggiorana e spezie, erano tra gli ingredienti di una «torta» di pesce altrettanto elaborata preparata con tinche e anguille, descritta nello stesso codice. Una ricetta di «torta» molto più semplice si trova invece nel manoscritto della prima metà del Trecento: solo carne di pollastri, uva passa, «prezzemoli interi», gambi di menta e spezie. L'uso dei gambi di questa erba è decisamente curioso, perché la menta era così diffusa che il novellatore Franco Sacchetti aveva dato il nome di Monna Menta alla venditrice di verdura del Mercato Vecchio di Firenze[124].

Quando una preparazione veniva avvolta in una «crosta» di pasta, o di pane, si chiamava anche «crostata». Celebre la novella del Sacchetti in cui si prepara una beffa con un coniglio che è invece una gatta «in crosta», e la ritorsione alla beffa è una «crostata» in cui ci sono quarti di piccioni, carne «insalata» e sorci al posto degli annunciati e desiderati storni[125].

La «torta» era una preparazione che, grazie alla grande varietà di ingredienti contenuti, serviva anche ad eludere le Norme Suntuarie, il cui scopo era quello di limitare lo sfarzo e i costi delle imbandigioni e dei banchetti di nozze. A Prato, a metà del XIV secolo, consentivano al massimo tre vivande, delle quali non più di due a base di carne. Non c'era invece nessun limite per formaggi, *giuncate* (formaggi freschi così chiamati perché posti sui giunchi), frutta, latte e confetti.

La carne che ciascun tagliere poteva contenere, abitualmente condiviso fra due commensali, era rigidamente indicata: cappone, gallina o papero (uno per tagliere), due pernici o piccioni, quaglie o tordi (quattro o sei). La carne rossa contenuta in un tagliere non poteva superare le sei libbre, mentre non vi era limite per la carne salata e la «lingua rivestita». Per il pranzo nuziale l'elenco delle carni previste concedeva quelle più pregiate: bovine (non più di sette libbre per tagliere), quattro libbre di carne di castrati o di altri animali «que excoriantur», e soprattutto l'oca, l'anatra, il fagiano, il pavone, la gru, la cicogna, e ancora starne (pernici), tortore, che, come i pollastri, non dovevano essere più di due per tagliere. Per le preparazioni di pasta,

o con pasta, erano consentiti 24 taglieri: ciascuno poteva contenere non più di 8 ravioli o tortelli o un quarto di torta[126].

Nonostante la presenza di queste norme i conviti cittadini, soprattutto quelli di nozze, erano occasione pubblica di grandigia e di scialo. Le nozze di Ginevra, la figlia che Francesco Datini, avvicinandosi ai sessant'anni, ebbe da una schiava ventenne, furono un irripetibile momento per ostentare e elargire di fronte ai concittadini quella munificenza da mercante arricchito di cui era così prodigo quando doveva magnificare la sua dimensione pubblica. Fu assunto per la preparazione del banchetto un cuoco, Mato di Stinchese, che doveva andare di gran moda presso le famiglie dei ricchi dell'epoca se fu pagato 4 fiorini e 10 soldi, una cifra ragguardevole se si pensa che una fantesca veniva pagata 10 fiorini l'anno. Furono cucinate 310 libbre di pesce di lago, si consumò, fra l'altro, una grande quantità di lardo salato e 150 peducci di castrone per la gelatina. Furono portati 36 raveggioli, una forma di cacio parmigiano di 22 libbre, 300 pere ruggine, una scatola di treggea e una di pinocchiato, 2 fiaschi, da mezzo quarto l'uno, di «savore» sanguigno[127].

Per il banchetto nuziale di Francesco che si sposò ad Avignone, forse durante il Carnevale, a quarantun anni con la sedicenne Margherita, fu preparata una lista di vivande che comprendeva: 406 pani, 250 uova, cento libbre di formaggio, due quarti di bue grosso e sedici mezzi quarti di montone, 37 capponi, 11 galline, 4 mazzi e mezzo di pernici, 23 piccioni e 24 pivieri (uccelli acquatici). Con vino bianco, due teste e piedi di porco si fece la gelatina. Il tutto era annaffiato da vernaccia pregiata. Per terminare c'erano duecento «nievolle con zucchero»[128], cioè delle cialde, le antesignane dei cialdoni che saranno tanto cari a Lorenzo il Magnifico.

La gelatina, quasi sempre presente nei banchetti sontuosi che festeggiavano avvenimenti importanti della vita di corte, ma anche di quella cittadina e privata, faceva comparsa anche su tavole ordinarie. Incontrava sicuramente il gusto del tempo, ma era entrata a far parte delle abitudini alimentari anche per le proprietà conservanti soprattutto in virtù della presenza di aceto. Nei ricettari abbiamo svariate ricette, riviste e corrette dalla

pratica quotidiana. Anche per le mense privilegiate si usavano parti di animali, non certo pregiate, come zampe e piedi di caprone, castrato, maiale, e pure di volatili, ma che erano ricercate proprio per questa preparazione, in aggiunta alle altre carni. Un acquisto di ser Lapo Mazzei per la gelatina contemplava carne di porco, tre capponi e cento piedi di castrone. Il maiale era costato 2 lire, 11 soldi e 8 denari; i capponi 2 lire e 8 soldi; i piedi di castrone 1 lira e 8 soldi. Insieme alla carne erano state comprate due once di spezie al costo di 5 soldi e 4 denari, e un'oncia di zafferano «nostrale» che era costato invece 1 lira e 6 soldi. In casa Datini alla gelatina, sempre assai apprezzata, si aggiungeva anche «gomerabicha» (gommarabica, estratta da alcune specie di acacie africane e asiatiche)[129]. Anche se testa e zampetti di maiale erano i più indicati per il grasso gelatinoso, appunto, che rilasciavano, la gelatina si poteva ottenere con qualunque tipo di carne o pesce, da cuocere con le spezie, e a volte anche erbe aromatiche, in acqua e aceto o vino e aceto[130]. Per dare colore si usavano, come per altre preparazioni, petali di rose e violette, ma soprattutto zafferano, usato in larga misura sia come spezia 'eletta' che come colorante.

Nella magnificenza dei banchetti tenuti nelle corti aristocratiche e in quella pontificia, l'oro e l'argento che «indoravano» le vivande rendevano scenografiche persino le portate di frutta e verdura che così splendevano insieme al vasellame prezioso. Ma i conviti in cui le vivande erano soprattutto lusso da esibire non erano appannaggio solo delle corti regnanti e dell'aristocrazia laica ed ecclesiastica. Nella Firenze del '300 erano così frequenti e sontuosi da far dire al Boccaccio: «Le mense pontificali e gli splendori imperiali sono da noi lasciati indietro… vengono oggi nei nostri conviti le confezioni oltremarine, le cacciagioni transalpine, i pesci marini non d'una ma di molte maniere; e son di quelli che senza vergogna con oro velano i colori delle carni, con vigilante cura e con industrioso artificio cotte; lascio stare gli intramessi, il numero delle vivande, i savori di sapori e colori diversissimi…»[131].

L'oro e l'argento che decoravano le vivande, oltre che per l'effetto scenico, venivano utilizzati anche perché si pensava

avessero virtù terapeutiche, come le perle e le pietre preziose frantumate.

I «savori» erano un costante motivo di accompagnamento di carne e pesce, dalle corti principesche alla cucina di casa. Poteva essere il semplice «savore» (termine con cui si indica genericamente una salsa) preparato soprattutto con mandorle o noci e pane rinvenuto, di solito nell'agresto, che si serviva all'albergo della Stella e che in casa Datini si consumava e si acquistava in quantità, come ci fanno sapere *I Quaderni di spese di casa* e l'epistolario. Poteva essere anche una delle salse più conosciute, come la «camellina» o «sapore camellino» o «savore camelino optimo» che, internazionalmente diffusa, variava di qualche ingrediente di ricettario in ricettario, ma si componeva essenzialmente di cannella, chiodi di garofano e noce moscata, a cui venivano aggiunte, abitualmente, mandorle, uva passa, pane abbrustolito ammollato nel vino, aceto o agresto, che poteva essere «dolce o asprigno come preferisci»[132].

All'albergo della Stella si serviva il «savore nero», la «salsa detta pevero» e il «savore bianco», che piaceva anche ai Priori, preparato con «gengiovo» (zenzero bianco in questo caso), mandorle tritate e agresto che, come l'aceto, poteva essere anche bianco.

In casa Datini si utilizzava anche il «savore sangigno» servito con l'arrosto di lepre, che si otteneva con uva passa, cannella, sandalo e sommaco, tritati e aggiunti alla *sapa* (mosto cotto) e aceto fine[133]. Per dare il colore rosso, oltre al legno di sandalo rosso, si usava anche «sangue di drago», una gomma resinosa che proveniva dall'Oriente.

L'agresto, ingrediente quasi sempre presente nelle salse, come l'aceto faceva da contraltare allo zucchero, al miele, alle spezie dolci, ma anche alle uvette e ai datteri. Il gusto agrodolce che nasceva dal contrasto dell'aceto con il miele era già conosciuto dai romani e presente nelle ricette raccontate da Apicio, o perlomeno a lui attribuite. È un gusto, per quanto rivisitato e corretto da altri ingredienti, che in Italia tornerà in auge nei ricettari medievali e si accentuerà nei piatti di tutta Europa del XV secolo.

L'agresto, che veniva conservato anche per lunghi periodi, era un ingrediente tenuto in gran considerazione e insostituibile nella cucina del tempo. La sua importanza diminuirà solo quando si affaccerà sulla scena gastronomica il pomodoro, che si imporrà assai faticosamente, ma poi con il dilagare dell'uso della salsa, sia nella pratica che nella codificazione delle ricette, ecco che l'agresto sparirà dai ricettari. È rimasto però nel bagaglio di conoscenze dei cuochi d'oltralpe il *verjus*, l'agresto dei ricettari medievali laggiù nati o diffusi.

Di aver fatto «infracidare» l'agresto[134] fu accusata Margherita dal marito che, con tedioso cipiglio, la incaricava e caricava di compiti pressanti e importanti come dirigere casa, giardino, allevamenti domestici e servitù, senza però risparmiarle reprimende e rimostranze. Lei rispondeva che non si era rovinato per colpa sua ma a causa del barile «chativo», considerate le perfette condizioni, dopo tre anni, di «quello che è venuto chostà»[135].

Nel 1401 un collaboratore di Portofino del Datini gli inviò un'aragosta e, informandolo che era considerata uno dei migliori pesci di mare, mandava anche consigli per cucinarla: «fallo fare lesso colla peverada… con qualche buoni erbucci entro, in modo mesclanza chome bene saprà fare Margherita», nella consapevolezza della sapienza di una donna ricca, ma comunque gravida di lavori quotidiani, sui modi e le mode di cucina[136].

La «peverada», rimasta nella tradizione gastronomica, era una salsa che aveva come ingredienti principali fegatini di pollo, o pollame in genere, cotti e poi pestati nel mortaio, pane abbrustolito, brodo, aceto o vino e spezie. Si poteva ottenere anche «con carne domestica, salvatica o con pesce». Un'altra ricetta di «peverada» o «peverata», sia per carne che per pesce, riporta questi ingredienti: brodo di carne o di pesce, farina bianca, miele, aceto, spezie e, se si voleva gialla, anche zafferano[137].

Con aglio, brodo, mollica di pane e le immancabili spezie si faceva l'agliata, una salsa leggermente bollita per «dala chalda», che accompagnava le immaginifiche vivande delle corti, ma anche verdure spontanee e quindi di uso comune, come pastinache e «ravezzuoli» (raperonzoli o ramolacci). Un predicatore di

una novella del Sacchetti inveiva contro i palati troppo raffinati dei propri ascoltatori e seguaci, secondo la propria visione di ascetismo e mortificazione penitenziale: «Voi siete molto golosi; e' non vi basta magnare le pastinache fritte, ché voi le mettete ancora nell'agliata cotta; e quando mangiate li ravezzuoli non vi basta, quando hanno bollito nel pignatto, mangiarli con quel buglione, ché voi gli traete dal loro proprio brodo e frigeteli in un altro pignatto, e poi gli minestrate col formaggio»[138].

All'albergo della Stella era abitualmente presente in tavola la mostarda, quasi sempre insieme alle melarance, per accompagnare sia carne che pesce. Margherita ci racconta che era stata preparata in casa: «E la mostarda abiamo fatta», con tutta probabilità lo stesso tipo di salsa che i Servi di Maria, nel loro convento di Firenze, preparavano a fine Duecento con senape e aceto[139].

Nonostante il tripudio di spezie, il cibo veniva abitualmente accompagnato dalle salse, più o meno elaborate, qualunque fosse il tipo di cottura. Alcune, come la «verde» e il «savore tartaresco» che sono rimaste, perlomeno nel nome se non nella composizione degli ingredienti, erano consigliate per la porchetta, ma potevano essere utilizzate sia per i lessi, la prima, che per tutti gli arrosti, la seconda[140]. Nel codice Casanatense è prevista addirittura una salsa apposita per il maiale selvatico, preparata con il brodo e il macinato di questa carne, midolla di pane ammollata in aceto, zenzero, pepe lungo e i grani di paradiso (spezia detta anche meleghetta).

Nella cucina del Datini c'erano schidioni e una graticola, a dimostrare che era consueto arrostire alla brace. Sulla brace si cuocevano anche le fette della carne salata che, arrostita appunto, veniva chiamata «arosticciana o carbonata»[141].

Nella quotidianità i sistemi di cottura erano gli stessi di oggi, dalla bollitura all'arrosto, dalla frittura all'umido, a seconda del tipo di carne, ma anche dell'attrezzatura di cucina. Nei ricettari spesso si prescrive di cuocere «fra i testi» in alternativa al forno: cioè fra due piastre messe sulla brace, a cui a volte è consigliabile aggiungere brace anche sul «testo» superiore. Il codice Riccardiano è molto preciso per i consigli di cottura: quando si usano «testi di rame» occorre poco fuoco di sotto e assai di

sopra, mentre con i «testi di terra» assai fuoco sia di sotto che di sopra.

Era molto utilizzata la cottura multipla, soprattutto per i conviti importanti: prima la bollitura, in particolare per la carne, poi si passava a un secondo metodo, o anche a un terzo. Per cuocere in umido si usavano liquidi che potevano essere l'agresto, il vino, anche «cocto», brodo, oppure acqua di rose, usata anche per cospargere i piatti a fine preparazione. Anche i romani usavano aceto, vino, pure cotto, mosto cotto e passito per la cottura dei cibi, nel crogiuolo di una sapienza culinaria che, nonostante fosse destinata a rimanere sepolta per tanti secoli, era talmente sedimentata che tornerà a riemergere, sia pure inconsapevolmente e sporadicamente, nei ricettari a venire.

Le raccolte di ricette, non solo toscane ma di tutta l'Europa medievale, presentano cibi che venivano preparati per la nobiltà e la ricca borghesia. I cuochi medievali preparavano piatti molto elaborati con una grande quantità di ingredienti che potevano essere a disposizione solo di chi aveva mezzi economici adeguati, ma soprattutto di chi con la ricchezza delle imbandigioni voleva dimostrare la propria appartenenza a una classe sociale privilegiata. Ma se si va guardare alla sostanza delle preparazioni vediamo che molte, sia pur con variazioni, che siano aggiunte, eliminazioni o semplificazioni, sono quelle che mangiamo ancora oggi, anche perché gli alimenti a disposizione sono in genere gli stessi, dalla frutta alla verdura, alla carne al pesce, ovviamente esclusi quelli che sono stati conosciuti dopo la scoperta dei territori americani, come il pomodoro, il mais, la patata, il peperoncino, il cacao, alcune varietà di fagioli. Senza dimenticare il tacchino.

Al di là di ingredienti e modi di cottura caduti in disuso, oppure ancora in voga sia pur rielaborati o semplificati, vediamo che gli alimenti di quella cucina elogiata alla fine del '200 in una ballata giullaresca, godono ancora oggi di immutabile apprezzamento gastronomico: «Santissima gallina incoronata/ che per figliolo avesti un capponcello/ alle lasagne fosti maritata/ in compagnia del dolce fegatello/ e la salsiccia fu martirizzata/ e pesta bene e messa in un budello/ per farla patir pena e gran duolo/ la fu impiccata e messa al fumaiolo»[142].

## *La quotidianità, tra mancanza e abbondanza*

La cucina della quotidianità anche per le classi agiate risulta, magari variata, sicuramente abbondante, ma poco elaborata, e fatta anche di piatti a buon mercato, come frittate con o senza «herbe», che nei ricettari si chiamano però con nomi diversi: crespelle, frittelle, «dulcamine» («cioè frittelle non quaresimali»), per indicare sostanzialmente lo stesso piatto; preparazioni che utilizzano frattaglie e interiora degli animali, anche di pesce; pasta fatta in casa, con o senza uova. E poi un trionfo di verdure di tutti i tipi; erbe selvatiche e aromatiche, compresi fiori, tuberi, radici, anche di prezzemolo e di navoni (crocifera di cui si mangiava solo la radice); cime di cavolo, di rape, senape e, persino, di vite. Tutti i tipi di vegetali venivano lessati; fritti anche con una 'pastella' di acqua e farina come facciamo attualmente; utilizzati per fare zuppe, «salviata» (frittata con uova, formaggio e salvia), biancomangiare con il bianco dei porri al posto della carne o pesce, «porrata» in vari modi. Così si chiamava un elaborato pasticcio con carne e porri, ma anche una semplice zuppa, praticamente l'antesignana della *soupe à l'oignon*, che veniva insegnata nei ricettari trascritti in toscano appartenenti alla tradizione dei *12 ghiotti*. E nel *Libro della cocina* si dice, per evitare fraintendimenti, di usare «porri bianchi, a uso di Toscana».

La verdura, che si indicava genericamente con il termine «camangiare», per quanto a basso costo rispetto al resto, non era certo appannaggio delle tavole povere se doveva essere acquistata al mercato, anzi compare con maggiore varietà e sicuramente con più frequenza su quelle ricche, e non solo per santificare le vigilie.

Nei ricettari, accanto a preparazioni di alta ingegneria culinaria con miriadi di ingredienti costosi, ce ne sono altre alla portata anche di massaie sprovviste di censo, capacità, pazienza e cucine attrezzate. Persino le torte potevano diventare preparazioni semplici con ingredienti della cucina di tutti i giorni, anche povera, come cipolle, di cui però si faceva la distinzione tra «maligie» (che piacevano ai Priori) e porraie, scalogni, porri

e agli, tutti i tipi di legumi, i cereali minori, un po' di lardo, uova; con le spezie, però, sempre contemplate.

Anche il *De re coquinaria* accanto a un elaborato «pasticcio apiciano» che aveva come principali ingredienti carne di volatili, poppa di scrofa, pesce, uova, ricoperto di sfoglia spianata col matterello e abbondantemente impepata, presentava il «piatto caldo e freddo di ortica» che non era nient'altro che una frittata. Accanto al «maiale ortolano» ripieno di carne di tutti i tipi, uova e verdura di vario genere, tra cui persino la malva, ecco il «piatto lucreziano» che era una semplice preparazione fatta con cipolle porraie, un po' di salume crudo e santoreggia, quella però raccolta in montagna. Ma come nei ricettari medievali erano presenti spezie, anche se non così *ad abundantiam*, e erbe aromatiche, sia pure laddove era bandita l'opulenza degli ingredienti[143].

Nel Medioevo la frugalità faceva parte della vita domestica di tutti i giorni anche nelle famiglie benestanti dove, come in quelle nobili, era usanza consumare solo due pasti al giorno. La colazione, così come la intendiamo noi era ignota, e iniziare la giornata con qualcosa nello stomaco era considerato un privilegio, come scriveva Domenico di Cambio, socio in affari e amico del Datini: «Io mangio le castagne cotte la mattina innanzi ch'io esca di casa» ma solo per il fatto che «la donna mi fa vezzi, perché io ne fo a lei»[144]. Neppure una piccola colazione era consueta perché il primo dei pasti, «il desinare», si faceva la mattina tra le nove e le dieci, mentre il secondo, la cena, al tramonto.

Addirittura un po' di pane e vino prima di uscire erano considerati più una medicina che un pasto, da consigliarsi come prevenzione e cura in caso di peste. Affermava Domenico di Cambio: «Inanzi ch'esca di casa, mangia una fetta di pane arrostito e bei uno mezo bicchiere di vino...»[145]. Ancora nel 1630, durante l'epidemia, per mantenersi sani si consigliava di mangiare noci, fichi secchi e ruta la mattina di buon'ora.

Cosa insolita era anche la merenda, ma di cui si poteva avere necessità quando le giornate erano particolarmente lunghe. L'eccezione era per coloro che facevano lavori pesanti in cam-

pagna e città, usavano cioè «panberare» o «merendare», anche quattro o cinque volte, ma esclusivamente con pane e vino, tutt'al più con l'aggiunta di frutta e verdura.

Consigliava Paolo da Certaldo nel suo *Libro di buoni costumi*: «Cuoci una volta 'l dì la mattina, e serba cotto per la sera, e mangia poco la sera: e starai sano». E non mancava di aggiungere: «Se 'l puoi fare, abbi in te ordine di non mangiare il dì se non due volte: la mattina a desinare e la sera a cena»[146]. Francesco Datini affermava che quando si trovava a Pisa: «Mai in questa chasa non si chose altro ch'una ischodella al dì…»[147]. Ma nonostante la consuetudine di cucinare solo una volta al giorno spesso si ricorreva alle rosticcerie dell'epoca, che quasi sempre erano forni dove si portava il cibo da cuocere e si riportava a casa pronto. «Per non dare fatica alle fanti di casa, ho mandato al forno una pollastra e una schiena di castrone...» scriveva Francesco all'amico Lapo invitandolo a cena[148]. Anche l'albergo della Stella faceva questo tipo di servizio: lo dimostrano le varie annotazioni come «cottura di ranocchi», «cottura di un pezzo di porco selvatico», e simili, che fanno pensare alla caccia e alla pesca in totale libertà nei fossi, fiumi e boschi del contado come fonte aggiuntiva di prodotti per la tavola, il cui costo era rappresentato solo dalla cottura. Inoltre esisteva un servizio di consegna a domicilio di piatti preparati su ordinazione. Ma questo non ci dovrebbe sorprendere se si pensa che anche i romani, in occasioni speciali, compravano al mercato e dai fornai delle pietanze già pronte, oppure, i più provvisti di censo affittavano i cuochi.

Nel Medioevo, anche dopo l'esplosione dei ricettari di cucina, gli avvenimenti importanti della vita privata, i ritrovi con gli amici, gli inviti per le feste solenni dell'anno, avvenivano intorno a tavole abbondanti di quei cibi, come pollame pregiato e selvaggina, che erano i più desiderati dalla moltitudine, ma che, perlomeno in queste occasioni, erano concessi pure ai piccoli borghesi della città. Ecco allora i capponi lessati nel grande paiolo, che serviva anche a lessare le verdure, e la cacciagione messa negli schidioni e arrostita sulla brace. Erano cibi non per tutti i giorni, ma preparati in quel modo elemen-

tare, ancestrale, che ci riporta ai banchetti omerici. Quando, invece, non c'era il forno in cucina, o si voleva, appunto, risparmiare fatica alle donne di casa, i tegami con la carne da arrostire prendevano la strada verso il forno più vicino, con il rischio che cambiassero destinatario, come succede nella novella del Sacchetti in cui «uno tegame con uno lombo e con arista al forno» viene scambiato con un altro contenente un «busecchio»[149].

Nella lista degli acquisti per la mensa dei Priori appaiono le «busechie» di porco e nei *Quaderni di spese di casa Datini* per i fondaci di Firenze e Pisa appaiono acquisti di «busecchie», termine riferito alle budella e ventre di vari animali[150]. Certo è che nei ricettari, per quanto destinati ad aristocratici, ricchi gozzoviglianti, sia laici che prelati, magistrature civiche che manifestavano il potere in tavole imbandite, ci sono anche ricette per preparare budella di vacca in brodo, ventri, e riempire budella di porco e vitella. Questo ci induce al legittimo sospetto che le interiora venissero cucinate non solo per necessità, ma anche per virtù di mode culinarie diffuse in tutti gli ambienti, inclusi quelli di corte. Tanto che verranno presentate, con l'adeguato apparato scenico, anche nei principeschi banchetti rinascimentali. E non a caso qualche volta le ricette del *Libro della cocina* terminano con «e dà al Signore». Anche se tutte le preparazioni culinarie, secondo una fonte curiosa che è un ricettario in lingua latina, opera di Johannes Buckehen nei primi decenni del Quattrocento, erano da servire a «principi e nobili, ma anche a contadini, lenoni e meretrici»[151]. Senza dimenticare, qualche volta, i malati.

Alcune preparazioni sono arrivate a noi con nomi diversi, oppure con lo stesso nome, che però indica tutt'altra cosa. È il caso delle «mortadelle» del tempo, che venivano fatte con il fegato e la rete di maiale.

Nel codice Casanatense il fegato deve essere lessato, battuto nel mortaio, impastato con cacio grattato, uova, erbe aromatiche e pepe, poi avvolto nella rete per fare «mortadelle» (dal latino *myrtatum*, un salame aromatizzato con il mirto) che vengono fritte in «onto colato».

*Il Libro della cocina* spiega lo stesso procedimento per preparare «mortadelle» o «tomacelli» (dal latino *tomacina,* mortadella) da friggere nel lardo e poi mettere in un'altra pentola a bollire con spezie sciolte in «bono vino». Invece i «fegatelli» veri e propri, in questo libro, consistono in pezzi di fegato di maiale avvolti nella rete e arrostiti allo spiedo.

I cibi apprezzati, vagheggiati, e presentati, ammesso che se ne avesse la possibilità, sulle tavole per festeggiare e sollazzarsi con la «brigata», erano anche quelli prescelti per il Carnevale, giorno dell'abbondanza, della sfrenatezza del piacere della gola. Quindi momento in cui doveva essere imbandito tutto ciò che potesse evocare e soddisfare quei desideri di sregolatezza da espiare poi per tutta la Quaresima, e santificati in una «laude» profana del «migliaccio», delle «benedette starne, e voi fagiani, o martir salsiccion per me battuti». E l'anima veniva raccomandata alla «dolce malvagia» sempre amata «col trebbiano», ma anche a «san Cappone», da chi, cioè da «Carnasciale» stesso, era devoto ai «degni vini» e pregava «i selvaggiumi», e che poi con irriverente provocazione terminava «o lepre a marinaccio, io v'accomando/ ch'io farò della morte il gran tremoto,/ e lasso il corpo al fuoco e l'alma i' chiasso»[152].

La Quaresima, periodo di rigorosa astinenza dalla carne e dai 'piaceri della carne', ma in caso di oltranzismo penitenziale anche dal latte, dal burro e dalle uova, non era però necessariamente sinonimo di privazione. Per gli agiati c'erano storioni e lamprede, considerati pesci di lusso. La lampreda, che tra i pesci d'acqua dolce aveva maggiormente il ruolo di pesce nobile sulle tavole del tempo, si trovava in abbondanza nei canali d'acqua «chiari», come racconterà Giovanni Miniati successivamente narrando la «terra di Prato».

Nella normalità era più consueto fare quaresima con ceci, «sorra» e frittura di pesce di fiume, oppure con cavolo e «tonnina», come ci raccontano i novellieri toscani dell'epoca[153]. Se poi si va a guardare la normalità di spesa dell'uomo comune per il cibo, per non parlare dei miserabili, ecco che la Quaresima diventa quotidianità per i più, e il Carnevale consuetudine per altri, anche se esigua minoranza.

Ser Lapo Mazzei fece preparare cavoli e aringhe per due uomini venuti da Firenze a fare dei lavori nel podere di Grignano. Insalata, cipolle e cacio erano il pasto offerto ai battitori di grano nelle proprietà dell'ospedale del Dolce[154]. Le cipolle, gli agli e i porri venivano accompagnati con frequenza all'insalata, e con questa spesso finivano col diventare l'unico companatico.

Il cavolo, tanto usato per farne «gran minestre»[155], veniva consumato a scodelle, a volte accompagnato dalla «sorra», all'albergo della Stella. Dove per una cena 8 mulattieri ordinarono 3 «ischodele» di insalata e porri, «ischodele» di cavolo, un paniere di noci e 18 pani. Alimenti, tutti, certo modesti, ma se si considera il consumo di pane non siamo certo in presenza di un pasto che non riempisse lo stomaco.

Decisamente diverso il pranzo di Tosetto della casata dei Pitti, insieme a un amico e due famigli, che faceva portare per tutti 4 «ischodele», 1 cappone lesso, carne salata, 1 paio di tortore, 1 paio di quaglie, «savore», formaggio e pesche. Ed ecco il pranzo del giorno successivo: 4 «ischodele», carne salata, 1 cappone lesso, 1 paio di starne, 3 libbre di castrone, 2 paia di piccioni, pane, e ancora, formaggio e pesche. Se si confrontano questi due esempi di pranzi con quelli odierni, anche in trattoria, colpisce l'abbondanza, soprattutto di carne.

Un gruppo di ambasciatori di Genova, composto da sei persone, invece della carne consumò a cena 24 uova col formaggio, anguille in «crostata», formaggio e baccelli, insalata e pane.

Più raffinata la cena, anche se non pantagruelica, di due ufficiali delle prestanze di Firenze con altrettanti famigli: si fecero portare 6 tordi, 8 allodole, 1 beccaccia arrosto con melarance e mostarda, pane, frutta cotta e insalata.

Agli inizi del Quattrocento in un albergo vicino ad Arezzo, i frequentatori avevano a disposizione vari tipi di carne e pesce, a seconda della disponibilità della spesa, legumi, insalata, scodelle di cavolo e brodo, e soprattutto, come in tutte le osterie del tempo, pane e vino in abbondanza anche per chi in tasca aveva il minimo per sfamarsi[156].

## *Alla mensa di Francesco Datini*

In casa Datini si amava quella che, secondo i criteri del tempo, era la buona cucina. Si facevano acquisti, con oculatezza e parsimonia, senza però disdegnare la prelibatezza per la conduzione giornaliera della famiglia; con munificenza, invece, per celebrare le festività e ricevere gli amici con il decoro dovuto, arrivando all'elargizione di sfarzo per i potenti di turno. Di cibo, ma anche di modi di cucinare se ne parlava e se ne scriveva: ce lo raccontano i *Quaderni di spese di casa* e le lettere che si scambiavano il mercante e la moglie, in cui l'argomento è sovente all'ordine del giorno, ma anche in quelle tra Francesco e l'amico notaio, ser Lapo Mazzei, come in tutto l'epistolario con soci, collaboratori e amici.

Arrivavano cibi raffinati e ricercati, formaggi dalla Sardegna, dalla Sicilia e da Parma. Da Pisa bottarga in quantità, addirittura «chaviale», lo storione anche a balle, e Margherita scriveva a Francesco: «Lo storione abiamo partito per lo mezo», forse imparando dal cuoco Simone dell'ospedale della Misericordia che nel suo libro di ricette insegnava anche a cuocere lo storione[157].

A Firenze arrivavano da Pisa, attraverso l'Arno, tutti i tipi di pesce, dai mitili alle specie più pregiate; a Prato, anche se in periodi posteriori, compaiono addirittura tra le spese dell'ospedale di Misericordia e Dolce acquisti di ostriche, scatole di caviale, gamberi, granchi «senesi» e «teneri», «frittura di mare», accanto però a chiocciole e ranocchi, facilmente reperibili *in loco*[158].

Da Porto Pisano i prodotti raggiungevano Signa, via d'Arno, e poi da lì arrivavano in tutta la Toscana. Un fiorente commercio di cibi di importazione metteva a disposizione delle famiglie benestanti dell'epoca una grande varietà di alimenti. Soprattutto spezie, costose perché arrivano dal lontano Oriente, ma ricercatissime: pepe, cannella, cardamomo, chiodi di garofano, zenzero verde e maturo, noce moscata, galinga, zafferano, sia d'importazione che proveniente dalle coltivazioni toscane. Francesco nelle lettere alla moglie scrive che l'acqua di rose, conservata nell'ampolla, era importata da Damasco. Venivano

usati tre generi di zucchero: uno proveniente da questa città, il «domaschino»; quello da Alessandria; e l'altro, il più rinomato e raffinato, detto «mucchero», venduto in polvere e non in pani. Tutto lo zucchero, che era di canna, arrivava dalle manifatture siriane ed egiziane, e in commercio si trovava anche zucchero rosato (il colore era ottenuto con i petali di rose) e zucchero violato (per il colore si usavano le viole), come è documentato da alcuni Statuti di gabella[159]. Dell'uso frequente in casa Datini, di qualsiasi genere fosse, ne fa testimonianza «il bariglione» per lo zucchero che si trovava in cucina; così come «la cassetta» da sale ci lascia intuire l'abitudine quotidiana a salare i cibi.

Lo zucchero estratto dalla canna, anche se conosciuto e usato in Europa per la maggior parte delle preparazioni farmaceutiche dal I secolo in poi, fu sempre più commercializzato dai mercanti del XIV secolo. Ma fino ai primi decenni del Cinquecento rimase un privilegio delle tavole ricche, utilizzato nelle grandi occasioni anche per preparazioni solo decorative come i 'trionfi' di zucchero, e quasi sempre presente nelle ricette gastronomiche. Per non parlare di quelle farmaceutiche, dove imperversava perché si riteneva avesse potere curativo, e quindi veniva sempre aggiunto ai cibi preparati per i malati.

Il sale non doveva avere un prezzo proibitivo se veniva usato a dismisura dal protagonista, un pittore, capo bottega ma non certo di grande ricchezza, in una novella del Sacchetti[160]. Di certo il consumo raggiungeva le vette maggiori nei periodi in cui si salavano le carni per conservarle.

Il sale più pregiato, perché particolarmente bianco e puro, era considerato quello delle Moie di Volterra, che era già citato da Plinio il Vecchio e Galeno. A Prato fino a metà del '500 la provvista e la vendita del sale veniva fatta dal Comune, che ne traeva una buona fonte di guadagno, attraverso i propri «officiali» o il «camarlingo» della dogana del sale[161].

Frequenti, durante la settimana, erano le spedizioni di prodotti del podere da Prato a Firenze e a Pisa, le sedi toscane della compagnia Datini, dove il mercante soggiornava anche per lunghi periodi. In ceste caricate sui muli venivano mandati farina, olio e vino, pollame, cacciagione, formaggio, verdura,

melarance del suo giardino, olive, capperi, frutta fresca, «maroni» e castagne, noci e nocciole.

In casa Medici, al tempo di Cosimo il Vecchio, ricchissimi e potenti per fortune economiche e politiche, era la moglie Contessina che si occupava personalmente di riempire la dispensa della famiglia con i prodotti delle fattorie, e lo faceva con un controllo così parsimonioso da fare attenzione che neppure uno dei sacchi per le provviste andasse perduto. Era lei che sovrintendeva alla vendita dei prodotti con una tale ricerca del guadagno da spuntare sempre il massimo prezzo, e con tanta avarizia da vendere persino il formaggio avariato e le bucce ai falegnami per farne colla. La nuora Lucrezia, madre del Magnifico Lorenzo, non era da meno se prendeva carta e penna per informare il marito che a Cafaggiolo c'erano venti paia di piccioni di troppo che erano «di spesa senza utile», nella speranza che «se madonna Contessina trovassi da spacciarli chostì sarebe buono»[162].

Anche un mercante ricco e accorto come Francesco Datini, per quanto lontano come mentalità, ricchezze e potere dai Medici, teneva un allevamento, evidentemente non destinato solo all'autoconsumo se, in una lettera, si parla di piccioni in eccesso da vendere ai pollaioli[163]. Una colombaia era stata costruita nella «chasa da singnori» del Palco, e una era stata preparata nella stanza sopra la stalla, quella che riforniva di carne la famiglia, anche se non certo a sufficienza per le necessità. Infatti i *Quaderni di spese di casa* che registrano quelle quotidiane per l'acquisto di beni alimentari, parlano di frequenti acquisti di vitella, maiale, capretto e castrone, escludendo però le carni meno pregiate. Poco usato era il manzo, come in tutte le mense del periodo, sia povere che ricche; nelle prime per inaccessibilità, nelle seconde per mancanza di consuetudine. Questo perché la maggior parte del bestiame veniva utilizzata per i lavori nei campi e quindi macellata quando la carne era ormai indurita, tanto che con il bue, perlomeno nei ricettari, si faceva solo il brodo.

Le tortore erano particolarmente consigliate da Lorenzo Sassoli, medico di Francesco, per «una singolare virtù nel confortare la memoria a' sentimenti». La carne di vitella era però

considerata quella migliore. Raccomandava questo medico: «Vitella in ogni modo che voi potete voi ne mettiate in corpo; perché non potreste usare per uno cibo la più sana vivanda»[164]. Ma era un tipo di carne costosa, specialmente quella delle bestie pratesi, particolarmente rinomate. «I' ho d'una vitella pratese, che costò 9 fiorini, e ho de' capponi» diceva Francesco invitando l'amico notaio a desinare[165]. «La vitella vostra fu ottima» rispondeva il notaio, dopo averla avuta in regalo «e io ne senti' e ne mangiai la parte mi fu data con lo Spedalingo nuovo»[166]. Non c'è da dubitare della qualità della carne se Francesco voleva solo carne «nostrale» e quella volta che un suo agente gli mandò della vitella maremmana, considerata dal mercante di qualità scadente, protestò con tanta veemenza da richiedere delle scuse perché non era quello il trattamento dovuto a un uomo della sua condizione economica e sociale[167].

La casa del Datini era fornita di un orto con un grande pollaio da cui si potevano ricavare anche 33 uova al giorno, che venivano contrassegnate giornalmente per distinguere quelle fresche da quelle che lo erano meno, in modo da essere usate a seconda della necessità o pietanza da preparare[168]. Nelle lettere, sia di Francesco che di Margherita, si parla poche volte di conigli, che dovevano essere davvero poco abituali se, la volta che in casa ne furono portati una dozzina, la schiava Lucia li scambiò per tutt'altri animali[169].

Molto più conosciuta la cicogna, che in città veniva cucinata nei pranzi di nozze, probabilmente per propiziare la fertilità. Doveva essere una presenza consueta, tanto da essere raffigurata negli affreschi dipinti da Agnolo Gaddi, che ha affrescato la Cappella della Cintola del Duomo, e da Bartolomeo di Bertozzo, sulle pareti della «camera terrena delle due letta» di palazzo Datini, detta anche *delle cicogne*. Questo tema è decisamente insolito per un affresco, se non eccezionale, a differenza delle scene di caccia che, invece, non lo erano nelle abitazioni signorili. Si può ipotizzare che fosse una raffigurazione simbolica per invocare fecondità in una casa in cui non c'era discendenza che potesse assicurare la dinastia, neppure illegittima che, in quei tempi di grande mortalità infantile, non di rado

nelle grandi casate veniva apparentata a quella legittima e fatta crescere nella stessa famiglia. Il figlio maschio del Datini, concepito con una serva quindicenne quando il mercante aveva passato i cinquant'anni, era morto quando aveva pochi mesi ed era stato fatto seppellire dal padre ai piedi dell'altare maggiore della chiesa di S. Francesco, posto riservato ai figli legittimi, con un gesto che significava il bisogno di vedersi riconosciuta una dinastia, anche se subito interrotta. Quanto a casate dinastiche cittadine, proprio quella dei Cicognini aveva una cicogna su una torre nello stemma sui sepolcri del XIV secolo.

La cicogna, che apparisse con frequenza o meno in città di ritorno dagli esotici inverni, la troviamo cucinata solo per gli sponsali; infatti non viene mai rammentata tra la carne pregiata da regalare e da cucinare nei pranzi per le occasioni importanti o in onore di qualche ospite. Al contrario della selvaggina locale, molto ricercata e tanto apprezzata da diventare il cibo più pregiato e costoso.

Cacciagione e pollame si acquistavano dal pollaiolo, fornito «sempre a tutte le stagioni/ di lepre, di cinghiali e cavrioli/ E di fagiani, starne e di piccioni ed altri uccelli…»[170]. Ma forse non era tanto facile trovarne se Francesco invitando l'amico Lapo a cena gli annunciava quaglie e beccafichi, a condizione però che se ne trovassero[171]. La cacciagione poteva anche essere poco pregiata come i passerotti: «voler difendere la passera e perdere il paone» era la metafora usata da ser Lapo Mazzei per indicare due situazioni di segno opposto, o anche «io sono disposto di no lasciare il pagone per uno pulcino»[172].

Tra le spese alimentari di un mercante ricco come il Datini e facile all'ostentazione del rango raggiunto compare naturalmente il pavone, l'animale d'elezione per i pranzi di rappresentanza, accanto a volte anche a cigni e aironi. Il pavone era prediletto dalle corti nobiliari, non solo per le carni che si pensava fossero immarcescibili, ma anche per la *mise en scene* che otteneva in tavola. Il procedimento per arrivare ai ricercati effetti teatrali non era semplice: veniva spellato prima della cottura, in modo da lasciare integre le piume, lessato e poi arrostito. Dopo la cottura la carne veniva ricoperta dalla pelle e dalle penne, che

venivano fissate in una specie di cornice. Ma tutti gli animali potevano essere preparati con questo procedimento e poi sostenuti con un'intelaiatura in modo da sembrare ancora vivi, dai più grossi come un vitello, un daino o un cervo, ai più piccoli come una colomba.

La cacciagione era tanto apprezzata da costituire un regalo pregiato, anche se a volte arrivava all'improvviso a scompaginare l'andamento culinario di tutti i giorni, come quando a Francesco fu regalato «un chavriuolo molto bello e granda» che però Margherita non sapeva come utilizzare al meglio perché faceva caldo e la carne si poteva deteriorare[173]. Proprio questa considerazione di Margherita ci fa intuire l'attenzione per la conservazione del cibo e l'esigenza di consumare alimenti freschi, al contrario di quanto ci si sarebbe potuti aspettare in un'epoca in cui i mezzi di conservazione erano solo la salatura, la marinatura e la salamoia. «La charne per anchora istàne meglio suso che g(i)ù; quando mi paràne di tramutala, sì la tramuterò» informava in un'altra occasione[174].

Francesco regalava spesso le starne, soprattutto all'amico Lapo, anche se la moglie di questi si rifiutava di mangiarle «per lo fiato le gittano quando sono cotte»[175]. Rifiuto che non l'accomunava certamente a Francesco, perché lui, prima del matrimonio quando era ad Avignone, era un uomo «che tenea la femmina, e viveano solo a starne...»[176].

«E' fagiani mi piacie avessi e mandassi a Matteo Vilani» diceva Francesco alla moglie, e quella volta che le aveva raccomandato di regalare vitella, lei rispondeva che era stata mandata «a ongni persona» come era stato chiesto[177].

Tra Francesco e Lapo era così consueto farsi regali in cibarie, da parlarne anche nell'epistolario: oltre la selvaggina, olio, vino pregiato in quelli che già allora si chiamavano fiaschi, «un alberello di uve secche», arance, amarene, pesce di fiume e di lago, ripercorrendo le usanze greche e romane ai doni di vivande per ospiti e amici. I regali di Francesco potevano essere grandiosi, soprattutto per l'abbondanza, come quando mandò alla moglie una balla di aringhe e un migliaio di arance: metà per vendere e metà per regalare, sia di arance che d'aringhe, dicendole che

avrebbe potuto darle a chi avesse voluto, anche se la maggior parte era «per Dio»[178].

Capitava spesso che regali di cibi considerati prelibati, ma soprattutto i lauti pranzi, venissero offerti per omaggiare e blandire personaggi di rango e di potere. La volta che Francesco riuscì a procurarsi a Firenze la carne migliore, la vitella che veniva destinata ai Priori, raccomandò alla moglie di inviarne una parte, «la più bella» alla moglie del podestà; la parte del petto ai frati di S. Francesco, poi con il resto le consigliò di invitare a mangiare «meser Piero e mona Simona, Barzalone e Nicholò, e fare un buono orbolato e mangiare di brighata»[179]. In occasione dell'arrivo del cardinale Del Puoi, preceduto da un famiglio per i preparativi, ordinava che si preparassero delle vitelle, selvaggina, starne, «boni chapponi», e si cercassero polli e lepre. Il tutto accompagnato dai migliori vini bianchi e rossi, dalla malvasia e dal vino bianco di Lucca «ch'è morbido ed è un perfetto vino»[180].

Francesco per un pranzo aveva fatto preparare un papero, un paio di pollastri ed era andato personalmente a comprare un coscio di «vitella di latte pratese», che gli era sembrata di qualità così alta da non averne vista di uguale in tutto l'anno. Poi, considerato l'approvvigionamento che era riuscito a fare, aveva invitato insieme ad altri anche l'amico Lapo, avvisandolo però con poco garbo, così perlomeno può sembrare a noi posteri, che siccome era già stato speso, poteva rimanere a desinare e a cena, perché tanto «no mi costerete nulla»[181].

In occasione dell'ospitalità offerta dai coniugi Datini al podestà, Guido del Palagio, che, con moglie e figlie, andava a trascorrere una giornata in campagna da loro, Francesco chiese alla moglie di preparare un grande catino di gelatina di maiale «bene soda», come accompagnamento di un arrosto di dodici capponi e due capretti. Aggiunse che se non ci fosse stata la gelatina avrebbero potuto provvedere «col solcio e colla insalata», ma fece capire alla moglie che avrebbe gradito fosse offerta questa pietanza perché così avrebbe fatto «loro honore»[182].

Il solcio veniva preparato e servito con l'insalata anche all'albergo della Stella. La preparazione di base consisteva in pezzi

di maiale conservati nella propria gelatina a cui veniva aggiunto di regola l'aceto. Una ricetta del *Libro della cocina* così titolata: «Del solcio dei piedi d'uccelli et di capo di porco» insegnava a preparare questa vivanda, a seconda che fosse inverno o estate, cioè ad adeguare i sistemi di conservazione al clima, lasciandoci intuire un Medioevo che, quanto ad abitudini alimentari, gusto e pratica quotidiana, di barbarico non aveva proprio niente. D'inverno si facevano lessare le carni e poi si aggiungeva l'aceto, cosicché questa vivanda potesse durare una quindicina di giorni. D'estate, invece, per evitare il più veloce deterioramento, si aggiungeva l'aceto prima che le carni fossero completamente cotte, poi si continuava a far bollire fino a restringere il liquido di un terzo. La preparazione, messa in un altro contenitore con il liquido filtrato, alloro, spigonardo e spezie veniva così conservata.

Tra la fornitura dell'albergo della Stella c'erano anche 60 taglieri piccoli e 2 grandi per i «migliaci»[183] e nella cucina del Datini era presente una teglia di rame apposita, il che ci fa pensare che questa preparazione venisse fatta frequentemente nel periodo in cui si macellavano suini. «Dolcia» veniva chiamato il sangue fresco del porco che era ed è l'ingrediente principale per fare i «migliacci», di cui ci parlano anche i novellieri toscani del tempo, considerati una prelibatezza, tanto da essere cibo agognato proprio per Berlingaccio, il giovedì più grasso dell'anno per antonomasia.

«Chi ha a dir paternostri o a fare il migliaccio o la torta al suo divoto» può fare a meno di leggere le mie novelle, ché tanto queste hanno di meglio da fare che correre dietro alle pie persone, scriveva il Boccaccio[184], lasciando capire a noi posteri, con l'accostamento cibo e preghiera ricorrente nella letteratura del tempo, che sia la torta che il migliaccio erano tanto apprezzati da venir offerti al confessore, o prelato, al posto delle preghiere. Erano evidentemente pietanze, anche se sufficientemente elaborate, che apparivano sia sulle tavole aristocratiche che su quelle popolane, perché potevano essere preparate con ingredienti non necessariamente costosi e quindi accessibili all'uomo comune.

Il codice Riccardiano per i migliacci bianchi prescrive: «caci grassi», uova, lievito, farina e «sugnaccio fresco bene strutto». Sono quelli preparati con il formaggio invece che con la «dolcia»: gli stessi «migliacci bianchi» di cui parla Boccaccio nel suo *Laberinto d'Amore* accostandoli alle «frittelle sambucate» (con il fiore di sambuco)[185], che verranno più tardi ripresentate da Maestro Martino. All'albergo della Stella i migliacci venivano preparati con uova, zucchero e «formaggio a sugna dentro»; invece in un *Quaderno di spese di casa Datini* del 1409 è annotato un «sanguinaccio di porco», l'altro tipo di migliaccio[186].

Tra l'attrezzatura di cucina di questa famiglia troviamo «una tegghia di rame da grostate», a conferma di abitudini culinarie non riservate solo alle grandi occasioni. Troviamo mortai e pestelli, di pietra e di bronzo, indispensabili all'epoca, visto che gli ingredienti, dalle spezie alla carne, alle mandorle, venivano normalmente ridotti a «bactuto» per fare crostate e pasticci, quest'ultimi detti anche «pastelli».

Il mortaio era presente anche nella cucina di una contadinotta, la monna Belcolore concupita, non invano, dal prete di Varlungo, che glielo chiede in prestito per fare una salsa, dando adito a una serie di metafore allusive. Gli manda a dire la signora, adombrata per un alterco da amanti: «Voi non pesterete mai più salsa in suo mortaio», e lui di rimando, che se non avesse avuto il mortaio: «non presterò a lei il pestello; vada l'un per l'altro». E alla fine, avendola minacciata di farla andare «in bocca del lucifero maggiore», lei per paura si riconciliò, e poi «col mosto e con le castagne calde» più volte insieme fecero «gozzoviglia»[187].

Le castagne con il «vino vermiglio novello» fu l'unione 'santificata' anche da un prete di Pistoia che si fermò a cena con un compagno alla fine di ottobre del 1395 all'albergo della Stella.

Durante la Quaresima, o in altri periodi in cui era prescritta l'astinenza dalla carne, frutta e verdura avevano largo spazio in tavola. «Di quaresima poi agli e cipolle/ pastinache, scalogni e non più carne/ siccome a Santa Chiesa piacque e volle/Erbette forti da frittelle farne/recan con ceci e ogni altra civaia» recita il poeta trecentesco Antonio Pucci[188]. Su le «erbe forte» era dello

stesso parere Margherita: erano quelle giuste per fare le «fritelle» con uova e formaggio[189].

Per la «famiglia» del Datini, che comprendeva anche servi, schiavi, dipendenti e collaboratori, come succedeva in tutte le abitazioni dei mercanti dell'epoca, venivano acquistati tanti tipi di «erbe», innanzitutto l'insalata, che però se era troppo amara veniva data ai polli. «La 'nsalata non è forse bella chome tu voresti», avvisava la moglie, rassicurandolo, per premunirsi dalle lagnanze, che avrebbe provveduto a mandargli «la bella» per l'ora del vespro[190]. Venivano acquistate tante varietà di insalata: la ruchetta (coltivata e selvatica), il radicchio, la ruta, l'indivia, la lattuga, la porcellana, l'ella. Altre, oggi di difficile, se non impossibile identificazione, erano: la mescolanza, usata anche per «frigere in su le fave», l'erba da bollire, l'erba da argomenti, l'erba da torte, l'erba da salsa[191]. L'ella (*enula*) che Margherita comprava la vigilia d'Ognissanti[192], era usata per il ripieno dei «tortelletti» con carne di maiale, ricoperti di pasta allo zafferano in brodo di cappone o di bue, descritti nel codice Riccardiano e nel Casanatense; per l'«enolata» di quest'ultimo (una frittata con formaggio e pancetta di maiale); ed essiccata, per il brodo di pesce con prugne del *Libro della cocina*.

Le erbe aromatiche erano d'uso abituale anche nelle mense ricche, così come in quelle povere, dove però andavano a sostituire le esotiche spezie, ben più lontane e costose. «Mandoti parechi ispinaci, e dua mazzi di porri, e dua mazzi di menta» scriveva Margherita al marito, ricordandoci l'uso intenso che si faceva di quest' erba, evidentemente molto apprezzata[193].

Al mercato di Firenze si vendevano «uova con formaggio/ per far degli erboleti e delle torte/ e ravioli e altro di paraggio» racconta il Pucci[194]. Un paniere con cipolle, uova, formaggio e «erbe da orbolato» veniva mandato da Margherita al marito per fare, appunto, questa preparazione[195]. Probabilmente un pasticcio, ma senza sfoglia di pasta, perché il fatto che in questo periodo di grande diffusione di «torte» non venga indicato così, ci fa pensare che fosse un impasto, più o meno denso, a seconda delle proporzioni degli ingredienti. Infatti la «Torta de herbe» del Casanatense e la «Torta d'erbe» del Riccardiano, molto si-

mili tra loro e praticamente quasi uguali alle odierne, hanno entrambe la sfoglia di pasta. Nel *Libro della cocina*, si insegna a fare «erbolato» con formaggio, uova, erbe di proprio gradimento e spezie, ma con l'aggiunta di fiori, da cuocere poi «nel forno o fra i testi»; è assente la copertura di pasta, anche se si precisa che la «crosta» è chiamata «erbata». L'«erbolato» per la mensa dei Priori, oltre che con formaggio e uova, si preparava con radici, erbe o con il loro succo.

Il formaggio usato abitualmente per gli erbolati era il «passo», ma Francesco Datini nelle lettere alla moglie chiede il parmigiano; per il «brodetto» invece il formaggio «grasso» (cosa si intendesse con il termine «grasso» non è però specificato). In casa Datini per i maccheroni venivano usati il formaggio «pisano» e il cacio di forma, mentre quello fresco era utilizzato per cucinare il «pesceduovo». Abbondanti scorte di «cavallino» (caciocavallo) arrivavano da Palermo, come dalla Sardegna arrivava il «sardescho». Poi c'era il «lombardo», quello di Locarno fresco, il «bufalino», il «secco», il «salato», la ricotta, i raveggioli e il marzolino, che per non far seccare veniva messo in un orcio da olio che Francesco voleva «asciutto e bene netto»[196]. È curioso osservare che questa pratica era conosciuta in Egitto dove sono stati ritrovati resti di formaggio, risalenti addirittura alla I dinastia, conservati in giare cilindriche[197].

Durante il pellegrinaggio fatto dal Datini nell'agosto del 1399 insieme ai Bianchi nel Valdarno, per rispettare il divieto di carne i pellegrini si alimentarono con formaggio, pane e frutta. Radici, cipolle, insalata, cavoli, pesche e uva furono il companatico in uno di questi pasti 'di magro', ma quando fu possibile, senza evitare l'austerità penitenziale, anche «dimolti pesci»[198]. Il pesce veniva consumato soprattutto nei giorni in cui la Chiesa imponeva l'astinenza dalla carne; infatti nei *Quaderni di spese di casa* gli acquisti di questo alimento si concentrano per Quaresima e, nel corso della settimana, il mercoledì e il venerdì[199].

Nell'epistolario si ricordano lamprede e storioni, ma erano molto apprezzati dal mercante i ranocchi di cui faceva sovente richiesta quando si trovava a Firenze, e che gli venivano mandati a filze. Difficile non accontentarlo da una città come Prato,

dove si trovavano nelle tante gore che rifornivano in abbondanza il mercato e i panieri di donne e ragazzi che li vendevano alle case. Due tinche fritte, insaporite con spezie e melarance, poi decorate con l'alloro, furono fatte comprare e preparare da Francesco per mandarle alla moglie, forse per fare un regalo gradito senza dover ricorrere alla grandigia dovuta ai potenti, o forse perché il pesce non rientrava nei cibi da lui apprezzati e consumati. In una lettera del 15 aprile 1386 le scriveva da Pisa che per la prima volta in casa era stato cotto del pesce di mare, avuto in regalo, mentre altre volte gli era stato regalato già cotto. A dimostrare che nella quotidianità il cibo non si sprecava, anche quando le disponibilità economiche avrebbero consentito ben altri sciali, il mercante aveva invitato a desinare anche il giorno successivo gli stessi ospiti «perché c'è avanzato di detto pescie», che veniva accompagnato da due scodelle di ceci e dal «minuto», una minestra di ortaggi che, come insegna il codice Riccardiano, venivano lessati e battuti[200]. Di pesce acquistato già cotto se ne parla anche nella lista delle vivande per la mensa dei Priori, probabilmente perché garantiva una migliore conservazione, non facile neppure in ambienti privilegiati.

I legumi, che potevano essere utilizzati anche come accompagnamento ad altre pietanze, soprattutto il pesce, erano: fagioli, ceci, piselli, lupini e fave, «baccegni» (forse selvatici) e «robilie», una specie di legumi selvatici simili a piselli. Margherita in una lettera insegnava al marito, o a chi per lui, a cuocere i piselli, che venivano prima messi «i mole» la sera come i ceci e la mattina bolliti fino alla cottura. Poi: «… e sì fo bolire erbucci e uno pocho di cipolla entro in una pentola di per sé, e sì la batto e quando i' metto i pesegli nella pe(n)tola magiore ed io vi metto sue questa aqua e questi erbucci, chome si fa l'anno a le rubigle fresche». Ricordava che non andavano messi gli agli, come invece si faceva per i ceci[201].

Da una lettera di ser Lapo Mazzei sappiamo che esisteva anche una varietà di ceci definiti «rossi», la cui acqua di cottura, senza però «riempire la pignatta», veniva definita dal notaio la miglior medicina per le interiora[202]. La distinzione fra «rossi» e «bianchi» veniva fatta anche nelle ricette che insegnavano a

cuocere i ceci, perché tutti i cuochi del Medioevo potevano scegliere tra i due tipi di questo legume.

Le lettere testimoniano l'uso di funghi, che venivano anche seccati, in particolare di prugnoli, una specie che si trova in aprile, particolarmente ricercati dal Datini. Erano molto apprezzati e consumati in città anche nei secoli successivi: nei primi decenni del Seicento tra gli acquisti dell'ospedale della Misericordia e Dolce i prugnoli erano frequenti, ma anche «vescie» (che si trovavano con grande facilità nei nostri prati, ancora a memoria d'uomo), prataioli e ceppatelli, che venivano utilizzati anche «per insalare»[203]. Giovanni del Turco, nobile ed erudito fiorentino, che nella prima metà del Seicento scrisse L'*Epulario e segreti vari*, tre compendi gastronomici sulla cucina toscana, insegnava sia a seccare i funghi che a conservarli in salamoia e sott'olio, chiamandoli così «insalati». Ma già nei ricettari medievali si spiegava come utilizzare i funghi, sia freschi che seccati.

La frutta, nelle famiglie agiate come quella del Datini, veniva acquistata fresca in quantità e soprattutto varietà. A seconda delle stagioni si avevano mele e pere di tutte le qualità, uva (bianca, nera, saracinesca e paradisa), ciliegie (amarene, duracine e di montagna), fichi (bianchi, neri e alessandrini), susine, pesche, meloni, poponi, cocomeri, arance e melarance. Accanto alla frutta da seccare, destinata soprattutto al consumo invernale, per la conservazione si utilizzava anche quella fresca che, come alcuni tipi di verdura, veniva trattata con procedimenti che ne garantivano l'integrità, perlomeno per un certo periodo di tempo, oppure «confettata».

Dal mercante erano molto apprezzate le «composte», sia di rape che di carote, ritenute però da Margherita «di spesa assai»[204]. In questa preparazione le verdure venivano messe a strati in un contenitore dove si conservavano soprattutto per il «verno» e la Quaresima in salamoia o sott'aceto, con l'aggiunta di spezie e erbe, che saranno una caratteristica anche in ricette posteriori, come finocchio, santoreggia, anice, senape e rafano. Nel codice Casanatese abbiamo una ricetta di «composta» per conservare rape o pere, che venivano bollite, poi ricoperte di aceto con l'aggiunta di spezie. Secondo le indicazioni del *Libro della cocina*

venivano utilizzate rape, carote, tanti tipi di verdure, ma anche frutta, capperi e erbe aromatiche; l'insieme degli ingredienti veniva cotto, messo a strati tra la mostarda diluita con mosto cotto, eventuale aggiunta di miele o zucchero, cannella e aceto, e poi conservato in un vaso. Le «composte», anche se possono sembrare un guazzabuglio medievale, sono in realtà le antesignane delle nostre 'giardiniere', sott'aceti e sott'oli, mostarde di vario genere, composte di frutta, e soprattutto ci forniscono un'ulteriore conferma dell'attenzione posta alla conservazione dei cibi, sia per mantenerne gusto e qualità che per assicurarsi le provviste nei periodi di scarsità, o mancanza di quei prodotti.

In un documento datiniano, in data 1393, tra le occorrenze per un viaggio in mare vengono elencate vettovaglie che potevano essere conservate per lunghi periodi, come i «dugentocinquanta pani bianchi per farne biscotti» (bis-cotti, cotti due volte), naturalmente carne salata, «aceto forte», «zucchero rosato», senza dimenticare i dolci, come confetto «da racconciare lo stomacho», due libbre di «treggea» e «un'ampoletta di giulebbe» (sciroppo di acqua e zucchero), e «cento melarance dolci»[205]. La presenza di arance, di cui è detto chiaramente che sono dolci, sfata definitivamente la convinzione, riportata in alcuni trattati di storia della gastronomia e alimentazione, che nel periodo medievale, perlomeno non prima del XV secolo, si conoscesse solo la varietà amara, detta «melangola».

Sempre per il viaggio penitenziale del Datini nel Valdarno, furono caricati sulle cavalcature confetti e «berlinghozzi zuccherati e non zuccherati»[206]. Fu proprio mentre si svolgeva questo pellegrinaggio che il crocifisso ligneo conservato nella Cattedrale di Prato, realizzato da Giovanni Pisano, sanguinò dal braccio destro, facendo poi parecchi miracoli, a quel che si raccontava.

I confetti, che si compravano dallo speziale, anche se in casa Datini c'era l'apposita attrezzatura per prepararli, erano un costante motivo di accompagnamento ai festeggiamenti e ai conviti, di qualsiasi natura fossero, pubblici o privati. La novellistica ci racconta che era tutto un «chonfettare», per riappacificazioni, innamoramenti, passioni lecite o illecite, e qualsiasi lieta occasione. La frutta secca e fresca, fiori e scorze di agrumi, ma anche le spe-

zie, praticamente tutto ciò che veniva avvolto da uno sciroppo di acqua e zucchero o miele, cotto fino a raggiungere la densità desiderata, diventava confetto. Il tempo di «6 patrenostre» era quello necessario per bollire nel miele mandorle e noci fresche[207].

Spezie di tutti i tipi, confettate con lo zucchero, venivano utilizzate per i confetti o confettini che componevano la «treggea», utilizzata anche a scopo medicinale, che si trovava già pronta dallo speziale, ma che si poteva far preparare a seconda dei gusti personali o delle proprietà curative. Fatti fare della «treggea» e «fatti chonfettare di quelli anici costì in chasa» consigliava Francesco alla moglie[208].

Si offriva «treggea» per ricevere degnamente gli ospiti di passaggio e gli invitati alla propria tavola, ma anche «cotognata», una marmellata di mela cotogna tanto densa da potersi tagliare a «schachi»; e «zuchata», che consisteva in pezzi di zucca confettati in miele, con facoltativa aggiunta di zucchero, oppure era una densissima marmellata[209]. La zucca confetta, comprata dal Datini anche in grande quantità, era considerata cibo da «gentili uomini» a differenza dello «ispugnoso», un dolce a base di chiare d'uovo montate a neve che, secondo alcune credenze dell'epoca, veniva ritenuto più adatto alle donne di parto[210].

Nelle botteghe di Prato si trovavano anche i bericuocoli, e in grande quantità, venduti a 5 soldi il centinaio[211], i dolcetti tanto apprezzati da Lorenzo il Magnifico da decantarne le virtù in rima, e che nel secentesco *Epulario* vengono considerati tipicamente senesi.

Nelle lettere di Francesco Datini si parla anche di cialdoni, e sempre accompagnati dal fiasco o «fiaschetto di malvagia»[212]. In città si doveva fare frequente uso di cialdoni non solo per le festività, se ne furono portati anche a frate Francesco di Tieri, rettore dell'ospedale della Misericordia, nel 1372 mentre era malato[213]. Gli stessi dolci che ispirarono Lorenzo il Magnifico per la composizione del suo canto dei cialdonai. Da intenditore di cucina e di piaceri conviviali, con doppio senso tutto carnascialesco, scrive: «Giovani siam maestri molto buoni/ donne m'udirete a far cialdoni/ .../ Metti nel vaso acqua e farina/ quanta ve n'entra a compimento/ quando hai menato ei vien

come un unguento/ un'acqua quasi par di maccheroni/ .../ poi vi si getta quel ch'è dolce e bianco zucchero: e fa 'l menar non abbandoni». Poi continua a spiegare il procedimento per ottenere i cialdoni che, per una buona riuscita, devono essere ripiegati appena usciti caldi dalle forme[214].

Una testimonianza di amore per tutte le buone cose della vita non ci arriva solo dai ricchi gaudenti e esperti di cucina, ma anche da chi vuole dare l'addio a «nostra sora madre terra» con un ultimo piccolo ricordo di farina e miele. È Francesco d'Assisi, quando morente chiede i «mostaccioli» all'amica Jacopa, quei dolci da lei preparati e offerti al santo in occasione delle visite che le faceva a Roma[215].

Da un documento datiniano sappiamo che con zucchero e pinoli si preparava il «pinocchiato»[216], presumibilmente una pasta di marzapane o un croccante, con pinoli al posto delle mandorle, che veniva offerto nell'apposita scatola e che nei banchetti medicei veniva servito nelle «confettiere». Nell'*Epulario e segreti vari* lo zucchero *a pinochiato o Manus Christi* indica uno stadio di cottura riconoscibile quando una goccia dello sciroppo di zucchero preso fra due dita «farà le fila grosse e stiantandosi biancheggeranno» (attualmente quando il termometro segna 115 gradi)[217]. Probabilmente questa cottura dello zucchero era chiamata così perché si pensava avesse del miracoloso, visto che a Prato per curare nel 1348 un appestato veniva acquistato, insieme ad altri cosiddetti medicinali, proprio del «manus Cristi»[218].

Il *panis Martis*, ottenuto con mandorle e miele in parti uguali, era considerato dai romani una leccornia dai poteri afrodisiaci, tanto da indurre Ovidio nell'*Ars amatoria* e Virgilio ne *Le Georgiche* a decantarne tali virtù[219]. Durante l'occupazione araba della Sicilia il marzapane modellato in svariate forme concludeva i fastosi banchetti dei potenti. Nel dicembre 1326 torte di marzapane si trovano citate nella lista di vivande del *convito di corredo di cavalieri* in Siena[220], precedendo di oltre un secolo il tipo di preparazione che sarà codificata da Maestro Martino. Nel XV secolo la pasta di marzapane, a volte con lo zucchero al posto del miele, e anche con aggiunte come chiare d'uovo, acqua di rosa, frutta candita, sia nella forma di biscotti che in

quella di torta, sarà sempre presente nelle spezierie più rifornite e nei banchetti importanti.

Per le nozze della figlia del Datini, Ginevra, saranno presenti «pinocchiato» e «treggea», ma non «zuchata» e marzapane, in abbondanza invece ai fasti medicei. Apparirà una torta nuziale composta da questi ingredienti: «5 libbre di rancata, 5 libbre di cedrata, 3 libbre di pinocchi netti (sgusciati), 1 libbra di spezie dolci fini, 1 libbra di spezie forti fini, 3 once di gharofani pesti (chiodi di garofano pestati nel mortaio), 3 once di gharofani sodi, 4 libbre di zucchero trito per la torta»[221]. Per «rancata» si intendevano le scorze d'arancia confettate nel miele, per «cedriata», ovviamente, quelle di cedro, e praticamente la ricetta di «ranciata» proposta nel secentesco *Epulario* è la ripresentazione, con le inevitabili postume varianti, di quella medievale[222].

Alla mensa di Francesco Datini il dolce prescelto per essere offerto agli ospiti è il «pinocchiato», che veniva portato anche sulla tavola dei Priori, insieme alla zucca confetta, la «treggea» («trita» e bianca) e il pane «impepato».

Successivamente il «pinocchio» lascerà il posto alla mandorla, di che i tipici dolci pratesi faranno largamente uso.

In un manoscritto settecentesco dell'erudito pratese Amadio Baldanzi troviamo la ricetta dei «biscotti alla Genovese» con mandorle, che sono gli antenati di quelli tradizionali pratesi. È singolare che una ricetta, considerata da sempre appannaggio di Prato, venga indicata trecento anni or sono come tipica di una città ligure, ma è significativa per ricordarci ancora la continuità con la cultura gastronomica del passato, la continuazione dei 'sapori cosmopoliti' nelle cucine regionali, e la contaminazione e il crogiuolo tra sapienze di diversa, lontana o incerta provenienza in tutte le cucine nazionali. Perché la cultura e i piaceri della tavola che sono nati, o meglio rinati nel Medioevo, rimangono un serbatoio e una stratificazione di quelle tradizioni e competenze che al tempo trovarono la loro «summa» nei ricettari, e da cui continuiamo ad attingere. Senza dimenticare che le aggiornate proposte degli attuali grandi cuochi sembrano, se non a volte addirittura una riproposta di ricette medievali, perlomeno una rilettura altamente ispirata.

# Note

PARTE PRIMA

1) La riproduzione di questa carta della Toscana è stata gentilmente inviata a chi scrive da uno degli ultimi discendenti dei conti Alberti da Prato.
2) Boccaccio, *Decamerone*, Roma, 1980, giornata VI, novella 7. Nella prima novella del Decamerone Boccaccio si ispira al pratese Cepparello Dietaiuti, ricevitore di taglie in Alvernia per conto del re di Francia.
3) Per le annotazioni sul patrimonio storico e artistico vd. C. Cerretelli, *Prato e la sua Provincia*, Prato, 1995.
4) Comune di Prato, *Quaderni del Museo Civico 4*, collana a cura di Alessandro Pasquini, Prato, 1994, p. 222.
5) *Itinerari Laurenziani*, dalla villa di Cafaggio alla villa di Poggio a Caiano attraverso l'area pratese, Prato, 1992, p. 116.
6) I. Santoni, *Quando eravamo contadini, pastori e carbonai*, Poggibonsi, 1993, p. 251.
7) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita* (1385-1410), a cura di E. Cecchi, Prato, 1990, pp. 125 e 91.
8) I. Origo, *Il mercante di Prato*, Milano, 1958, p. 18.
9) Per le notizie storiche sui castagni e sui loro frutti vd. U. Mannucci, *Di castagne e d'altro*, Prato, 1998.
10) I. Santoni, *Quando eravamo contadini, pastori e carbonai*, cit., pp. 260-261.
11) M. L. Incontri Lotteringhi Della Stufa, *Desinari e cene*, Firenze, 1964, p. 96. Per tutte le citazioni relative all'attrezzatura della cucina e all'apparecchiatura della tavola, se non indicato diversamente, vd. *Et coquatur ponendo... Cultura della cucina e della tavola in Europa dal Medioevo all'Età Moderna*. Istituto Internazionale di Storia Economica "F. Datini", Prato, 1996, scheda di S. Cavaciocchi, Suppellettili da pranzo e da cucina in due inventari datiniani, pp. 385-386. E vd. I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit..
12) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco* (1385-1410), a cura di V. Rosati, Prato, 1977.
13) P. De Simonis, *Il cucinaio*, Firenze, 1995, p. 145.
14) M. L. Incontri Lotteringhi Della Stufa, *Desinari e cene*, cit., pp. 68 e 65.
15) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 192.
16) Le melarance erano dette anche "mele rance". La melarancia era l'arancia

dolce, vd. alla voce corrispondente nel glossario G. del Turco, *Epulario e segreti vari* (1602-1636), Bologna, 1992. L'autore usa però indifferentemente sia il termine arancia che melarancia per indicare lo stesso tipo di frutto. Nei *Quaderni di spese* dell'Ospedale della Misericordia e Dolce di Prato all'inizio del XVII secolo si annotavano ancora le melarancie.
17) G. Nigro, *Gli uomini dell'irco. Indagine sui consumi di carne nel basso Medioevo. Prato alla fine del '300*, Firenze, 1983. Tutte le citazioni relative alle pietanze e bevande consumate all'albergo della Stella, se non indicato diversamente, sono tratte dall'appendice al testo "Pranzi alla carta presso l'albergo della Stella a Prato", pp. 167-181.
18) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, Roma, 1996, novella CXXIV.
19) I. Santoni, *Quando eravamo contadini, pastori e carbonai*, cit., p. 258.
20) *Prato, storia di una città*. Ascesa e declino del centro medievale, Firenze, 1991, vol. I, tomo 1, G. Pampaloni, La campagna: abitanti e agricoltura, p. 593.
21) *Le lettere di Margherita a Francesco Datini*, cit., pp. 158 e 238.
22) I. Santoni, *Quando eravamo contadini, pastori e carbonai*, cit., pp. 250-251.
23) Boccaccio, *Decamerone*, cit., giornata VIII, novella 2.
24) I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., p. 16.
25) S. Bernardino da Siena, *Le prediche volgari, 1427*, Siena, 1935, pp. 261-263.
26) *Prato, storia di una città*. Ascesa e declino del centro medievale, cit., vol. I, tomo 1, G. Pampaloni, La campagna: abitanti e agricoltura, p. 592.
27) G. Nigro, *Il tempo liberato. Festa e svago nella città di Francesco Datini*, Firenze, 1994, pp. 100-101.
28) T. Scully, *L'arte della cucina nel Medioevo,* Alessandria, 1997, in nota 28, p. 286.
29) P. Vestri - U. Mannucci, *Ratafià e Ghirighio*, Prato, 1982, p. 17.
30) A. Cortonesi, I cereali nell'Italia del tardo Medioevo, in *Alimentazione e nutrizione. Secc. XIII-XVIII*, pp. 271 e 32, Atti della "Ventottesima settimana di Studi" (22-27 aprile 1996), a cura di S. Cavaciocchi, Firenze, 1997. Istituto Internazionale di Storia Economica "F. Datini".
31) O. Bagnasco, Note su cibo e società, in *Et coquatur ponendo*, cit., p. 34.
32) P. Pinelli, *Le attività molteplici di un caciaiolo pratese alla fine del Trecento*, supplemento al n. 1 di "Prato, Storia e Arte", anno XXXVI, in nota 97, p. 28.
33) Le tre ricette sono riportate da L. Frati, *Libro di cucina*, Livorno 1899, rist. Bologna 1970, pp. XII-XIII.
34) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., pp. 194 e 207.
35) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 176.
36) G. Nigro, *Il tempo liberato*, cit., p. 100.
37) Paolo da Certaldo, *Libro di buoni costumi*, Firenze, 1945, p. 127.

38) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, cit., novella CLXXXVII.
39) C*ibi e sapori nel mondo antico*, Livorno, 2005, catalogo per l'esposizione allestita nel Museo Archeologico di Firenze, p. 52; e M. L. Incontri Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., pp. 15-16.
40) C. Malaparte, *Il dorato sole dell'inferno etrusco,* Firenze, 1985, pp. 24 -25.
41) *Prato, storia di una città.* Ascesa e declino del centro medievale, cit., vol. I, tomo 2, S. Raveggi, Le condizioni di vita, p. 509.
42) F. Sacchetti, cit., novella CLXXVII; e Boccaccio, cit., Giornata X, novella 2.
43) Per Cecco Angiolieri vd. "Il Duecento" in *Antologia della letteratura italiana*, a cura di A. Gianni, M. Balestreri, A. Pasquali, vol. I, Firenze, 1963.
44) M. Giagnacovo, Due "alimentazioni" del basso Medioevo: la tavola dei mercanti e la tavola dei ceti subalterni, in *Alimentazione e nutrizione. Secc. XIII-XVIII*, cit., p. 828.
45) Ser Lapo Mazzei, *Lettere di un notaro a un mercante del secolo XIV con altre lettere e documenti*, a cura di C. Guasti, Firenze, 1880, vol. I, p. 428.
46) G. Nigro, *L'alimentazione in età preindustriale*, Ministero per la Pubblica Istruzione - Direzione generale per l'Istruzione Professionale, 1998, p. 39.
47) M. Montanari, Nettare non solo per gli dèi, in "Medioevo", 7 agosto 1997, pp. 75-80.
48) T. Scully, *L'arte della cucina nel Medioevo,* cit., pp. 164-165.
49) Archivio di Stato di Prato, Datini 1174, Fasc. 13. Ricetta del "vino erbato fine".
50) G. Nigro, *L'alimentazione in età preindustriale*, cit., p. 60.
51) *Prato, storia di una città.* Ascesa e declino del centro medievale, cit., vol. I, tomo 1, Appendice I; e "Carmignano Territorio *Di*Vino", Prato, 1992.
52) Ser Lapo Mazzei, *Lettere di un notaro a un mercante del secolo XIV con altre lettere e documenti*, Firenze, 1880, vol. II, p. 31.
53) *Ibidem*, vol. I, p. 427.
54) Boccaccio, *Decamerone*, cit., Giornata I, Introduzione.
55) G. Bologni, *Gli Antichi Spedali della "Terra di Prato"*, vol. I, Prato, 1994, pp. 115-117.
56) Ser Lapo Mazzei, cit., vol. I, p. 93.
57) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., p. 124.
58) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, cit., novella CCX.
59) *Le Lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 151.
60) I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., p. 265.
61) F. Carrara e M. P. Mannini, *Lo Spedale della Misericordia e Dolce di Prato*, Prato, 1993, p. 113.

62) G. Bologni, *Gli antichi Spedali della "Terra di Prato"- Lo Spedale della Misericordia*, vol. II, Prato, 1995, p. 204.
63) *Prato, storia di una città.* Ascesa e declino del centro medievale, cit., vol. I, tomo 1, S. Raveggi, Le condizioni di vita, p. 510.
64) Archivio di Stato di Prato, 2002) T8 Spedali – Quaderno di spese minute.
65) Maestro Lorenzo Sassoli a Francesco, 28 maggio 1404, in I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., p. 254. Per l'uso delle spezie da parte di F. Datini e L. Mazzei vd. questa pubblicazione.
66) O. Bagnasco, Note su cibo e società, in *Et coquatur ponendo*, cit., p. 33.
67) T. Scully, *L'arte della cucina nel Medioevo*, cit., pp. 27-28.
68) *Prato, storia di una città.* Ascesa e declino del centro medievale, cit., vol. I, tomo 2, G. Cherubini, Ascesa e declino del centro medievale, p. 974; e vol. I, tomo 1, R. Fantappiè, Nascita e sviluppo di Prato, p. 215.
69) R. Nuti, *La Fiera di Prato attraverso i tempi*, Prato, 1939, pp. 15-20.
70) P. Pinelli, *Le attività molteplici di un caciaiolo pratese alla fine del Trecento*, cit., p. 16.
71) Illustrazione tratta dalla carta 22 v. del *Libro di gabelle fiorentine*, in *Et coquatur ponendo,* cit., p. 380.
72) Per il consumo e la vendita di carne a Prato vd. E. Fiumi, *Sulle condizioni alimentari a Prato nell'età comunale*, in "Archivio storico pratese", XLII, 1966; e G. Nigro, *Gli uomini dell'irco*, cit..
73) Per Luigi Pulci, *Il Morgante* vd. *Antologia della letteratura italiana*, vol. I, cit..
74) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., p. 258.
75) Per questa e le successive annotazioni sulla mensa dei Priori vd. C. Mazzi, *La mensa dei Priori a Firenze nel secolo XIV*, "Archivio storico italiano", s.V. XX, 1897.
76) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle* cit., novella CXII.
77) A. Cipriani, Dalla Repubblica alla corte medicea, in Z. Ciuffoletti - G. Pinto, *Desinari nostrali. Storia dell'alimentazione a Firenze e in Toscana*, Firenze, 2005, p. 74.
78) Per la presenza e uso della cacciagione vd. M. Montanari, intervento nel Dibattito, in *Alimentazione e nutrizione. Secc. XIII-XVIII*, cit., p. 148; e G. Pinto - R. Zazzeri, Sulla mensa dei toscani nel Medioevo: consumi, produzioni, mercati, in Z. Ciuffoletti - G. Pinto, *Desinari nostrali*, cit., p. 44.
79) A. Cipriani, Dalla Repubblica alla corte medicea, in Z. Ciuffoletti - G. Pinto, *Desinari nostrali*, cit., pp. 77-78.
80) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, cit., Novella XCIII.
81) G. Nigro, *Gli uomini dell'irco*, cit., p. 183; e Ser Lapo Mazzei, cit., vol. II, p. 8.
82) F. Zambrini, *Il libro di cucina del secolo XIV*, Bologna 1863, rist. Bologna 1968, p. 44.

83) "Immagini e sapori", Calendario 2001 del "Gruppo Bibliofili Pratesi".
84) Omero, *Odissea*, Libro terzo, Milano 2000, rist. 2007, pp. 57 e 77.
85) I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., p. 17.
86) Boccaccio, *Decamerone*, cit., giornata VII, novella 1.
87) G. Bologni, *Gli antichi Spedali della "Terra di Prato" – Lo Spedale della Misericordia*, cit., vol. II, pp. 117-118.
88) *Ibidem*, p. 167.
89) *Ibidem*, vol. I, p. 118.
90) *Ibidem*, vol. II, p. 71.
91) M. L. Incontri Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., p. 98.
92) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, cit., novelle CLXXXV e CLXXXVI. L'usanza di festeggiare l'Ognissanti con l'oca viene citata per Lucca da G. Sercambi nel *Novelliere*.
93) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 204.
94) E. Fiumi, *Sulle condizioni alimentari di Prato in età comunale*, cit., pp. 12-14.
95) "Proprietà di Mercato Vecchio" di Antonio Pucci, in M.L. Incontri Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., p. 113. E ricerca Internet alla voce "Proprietà di Mercato Vecchio" – Biblioteca dell'Accademia.
96) Le ricette sono riportate da S. Morpurgo, *LVII Ricette d'un libro di cucina del buon secolo della lingua*, Bologna, 1890, p. 9; e L. Frati, *Libro di cucina*, cit., pp. 7-8.
97) G. Limberti, *… e col cacio non fare a miccino*, Prato, 2005, p. 30.
98) P. Pinelli, *Le attività molteplici di un caciaiolo pratese alla fine del Trecento*, cit., p. 17.
99) G. Limberti, *… e col cacio non fare a miccino*, cit., p. 46.
100) Per il commercio di formaggio a Prato vd. P. Pinelli, *Le attività molteplici di un caciaiolo pratese alla fine del Trecento*, cit.; e, per il "bufalino" in particolare, G. Nigro, *Gli uomini dell'irco*, cit., p. 69.
101) D. M. G. Agresti, *Aspetti di vita pratese del Cinquecento*, Firenze, 1976, pp. 143-144.
102) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, cit., novella LXXXVII.
103) C. Malaparte, *Il dorato sole dell'inferno etrusco*, cit., p. 96.
104) P. Pinelli, *Le attività molteplici di un caciaiolo pratese alla fine del Trecento*, cit., pp. 19-20 e pp. 53-54.

PARTE SECONDA

105) Il *Liber de coquina* è conservato in forma vicina all'originale nei due manoscritti gemelli della Biblioteca Nazionale di Francia a Parigi (lat. 7131 e lat.

9328). Il codice Riccardiano, ms. 1071, conservato nella Biblioteca Riccardiana di Firenze, è stato pubblicato da S. Morpurgo, *LVII ricette d'un libro di cucina del buon secolo della lingua*, Bologna, 1890. Per tutti i ricettari citati vd. *Et coquatur ponendo*, cit.. Le citazioni delle ricette sono tratte dalla prima edizione a stampa dei codici presi in esame.
106) Anna Martellotti, *I ricettari di Federico II*, Città di Castello, 2007, pp. 96-97.
107) Bologna, Biblioteca Universitaria, ms.158, pubblicato per la prima parte da O. Guerrini, *Frammento di un libro di cucina del secolo XIV*, edito nel dì delle nozze Carducci - Gnaccarini, Bologna, 1887 (cc. 86r-91v.); e per la seconda da F. Zambrini, *Il Libro di cucina del secolo XIV*, Bologna 1863, rist. Bologna 1968 (cc. 93r-103r).
108) Boccaccio, *Decamerone*, cit., Giornata VI, novella 4.
109) Roma, Biblioteca Casanatense, ms. 255, pubblicato da L. Frati, *Libro di cucina*, cit.
110) L. Frati, *Libro di cucina*, cit., p. 21.
111) O. Redon, S. Sabban, S. Serventi, *A tavola nel Medioevo*, Bari, 2001, p. 74.
112) *Prato, Storia di una città*. Ascesa e declino del centro medievale, cit., vol. I, tomo 1, G. Pampaloni, Popolazione e società nel centro e nei sobborghi, p. 381. A. Cortonesi, I cereali nell'Italia del tardo Medioevo, in *Alimentazione e nutrizione. Secc. XIII-XVIII*, cit., p. 267. G. Rebora, *La cucina medievale italiana tra Oriente ed Occidente*, Genova, 1996, p. 74.
113) Da un intervento sulla cucina toscana al tempo di Francesco Datini presentato nella sede dell'Archivio storico pratese dalla direttrice dott.ssa Diana Toccafondi, nel dicembre del 2006.
114) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco* cit., p. 159.
115) L. Frati, *Libro di cucina*, cit., p. 6.
116) Boccaccio, *Decamerone*, cit., giornata VIII, novella 3.
117) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, cit., novella CXXIV.
118) M. L. Incontri Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., pp. 109-110; e L. Stecchetti, *La tavola e la cucina nei secoli XIV e XV*, Firenze, 1884, p. 8.
119) B. Scappi, *Opera*, Tramezzino, Venezia, 1570, tavole, in G. del Turco, *Epulario*, cit..
120) Illustrazione, I Maccheroni, Venezia, 1613, in G. Nigro, *L'alimentazione in età preindustriale*, cit., p. 289; per la nascita e diffusione della pasta e del riso vd. questa pubblicazione.
121) "La Nazione", 19 gennaio 1997; si dà notizia della presentazione, il giorno successivo, del volume *Cucina italiana del Quattrocento*, di Claudio Benporat, in cui

sono pubblicati due ricettari di Maestro Martino, fino ad allora inediti.
122) E. Faccioli, *L'arte della cucina in Italia*, Torino, 1987, pp. 142 e 145.
123) L. Stecchetti, *La tavola e la cucina nei secoli XIV e XV*, cit., in nota 57, p. 59.
124) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, cit., novella CLX.
125) Ibidem, novella CLXXXVII.
126) *Et coquatur ponendo*, cit., scheda di V. Vestri, Le Norme suntuarie, p. 392.
127) G. Nigro, *Il tempo liberato*, cit., p. 109.
128) P. Fiorelli, *Briciole della mensa di Francesco Datini*, "Archivio storico pratese", XXXII (1956), I-IV, pp. 25-31.
129) Ser Lapo Mazzei, cit., vol. I, p. 199. Per la "gomerabicha" G. Nigro, *Il tempo liberato*, cit., p. 215.
130) Per i vari tipi di gelatina vd. L. Frati, *Libro di cucina,* cit.; F. Zambrini, *Il libro della cucina del secolo XIV*, cit.; e S. Morpurgo, *LVII ricette d'un libro di cucina del buon secolo della lingua*, cit..
131) M.L. Incontri Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., p. 123.
132) T. Scully, *L'arte della cucina nel Medioevo*, cit., in nota 40, p. 304.
133) M. Giagnacovo, Due "alimentazioni" del basso Medioevo: la tavola dei mercanti e la tavola dei ceti subalterni, in *Alimentazione e nutrizione. Secc. XIII-XVIII,* cit., p. 829. E Biblioteca Marucelliana, Firenze, C. 226, p. 128, in I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., p. 251.
134) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., p. 245.
135) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 237.
136) G. Nigro, Mangiare di grasso, mangiar di magro, in *Alimentazione e nutrizione. Secc. XIII-XVIII*, cit., in nota 12, pp. 118-119.
137) F. Zambrini, *Il libro della cucina del secolo XIV*, cit., p. 42; e L. Frati, *Libro di cucina*, cit., p. 33.
138) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, novella LXXII.
139) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 198.
140) L. Frati, *Libro di cucina*, cit., pp. 44-46; e F. Zambrini, *Il libro della cucina del secolo XIV*, cit., p. 80.
141) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, novella CVIII.
142) P. Vestri - U. Mannucci, *Ratafià e Ghirighio*, cit., pp. 22-23.
143) *Cibi e sapori nel mondo antico*, cit., pp. 167-168.
144) Domenico di Cambio a Francesco, 16 gennaio 1390, in I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., p. 246.
145) Domenico di Cambio a Francesco, 16 novembre 1389, in I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., p. 271.

146) Paolo da Certaldo, *Libro di buoni costumi*, cit., pp. 118 e 121-122.
147) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., p. 48.
148) Ser Lapo Mazzei, cit., vol. II, p. 12.
149) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, novella CXXIV.
150) M. Giagnacomo, Due “alimentazioni” del basso Medioevo: la tavola dei mercanti e la tavola dei ceti subalterni, in *Alimentazione e nutrizione. Secc. XIII-XVIII*, cit., p. 825.
151) C. Benporat, *Storia della gastronomia italiana*, Milano, 1990, in nota 1, p. 41.
152) *Laude drammatiche e rappresentazioni sacre*, a cura di V. De Bhartolomeis, Firenze 1943, rist. Firenze 1967, vol. III, pp. 184-185.
153) Boccaccio, *Decamerone*, cit., giornata IX, novella 8; e F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, novella CXLV.
154) *Prato, storia di una città*. Ascesa e declino del centro medievale, cit., vol. I, tomo 1, S. Raveggi, Le condizioni di vita, p. 509.
155) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, cit., novella XCI.
156) G. Pinto - R. Zazzeri, Sulla mensa dei Toscani nel Medioevo: consumi, produzioni, mercati, in Z. Ciuffoletti - G. Pinto, *Desinari nostrali*, cit., p. 35.
157) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 208; G. Rebora, *La cucina medievale italiana tra Oriente e Occidente*, Genova, 1996, in nota 233, p. 94; Spedale 979, “Prestance di maseriçie di chasa 1401”. Libro di cucina del cuoco Simone.
158) Archivio di Stato di Prato, 1997-2002) T8 Spedali - Quaderno di spese minute; e 2003) T9 Misericordia - Spese minute.
159) Illustrazione in *Et coquatur ponendo*, cit., p. 380.
160) F. Sacchetti, *Il Trecentonovelle*, cit., novella CXCII.
161) D. G. M. Agresti, *Aspetti di vita pratese del Cinquecento*, cit., p. 139.
162) M. L. Incontri Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., pp. 172-173.
163) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., pp. 84-85.
164) N°1102. Maestro Lorenzo Sassoli a Francesco, maggio 1404, in I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., pp. 247 e 249.
165) Ser Lapo Mazzei, cit., vol. II, p. 9.
166) I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., p. 175.
167) *Ibidem*, cit., p. 248.
168) *Le Lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit. p. 50.
169) *Le Lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita,* cit., pp. 65-66; e *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit. p. 54.
170) “Proprietà di Mercato Vecchio” di Antonio Pucci, in M. L. Incontri Lotte-

ringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., p. 112.
171) Ser Lapo Mazzei, cit., vol. II, p. 12.
172) *Ibidem*, vol. I, pp. 424 e 426.
173) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 279.
174) *Ibidem*, p.111.
175) Ser Lapo Mazzei, cit., vol. II, p. 26.
176) *Ibidem*, p. 41.
177) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., p. 277; e *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p 307.
178) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., p.33.
179) *Ibidem*, pp. 218-219.
180) *Ibidem*, pp. 286-288.
181) Ser Lapo Mazzei, cit., vol. II, p. 33.
182) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., p. 132.
183) G. Nigro, *L'alimentazione in età preindustriale*, cit., p. 192.
184) Boccaccio, *Decamerone*, cit., Conclusione dell'Autore.
185) P. De Simonis, *Il cucinaio*, cit., p. 22.
186) G. Nigro, *Gli uomini dell'irco*, cit., p. 183.
187) Boccaccio, *Decamerone*, cit., giornata VIII, novella 2.
188) "Proprietà di Mercato Vecchio" di Antonio Pucci, in M. L. Incontri Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., p. 113.
189) *Le Lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 284.
190) *Ibidem*, p. 305.
191) Per il consumo di verdura e frutta in casa Datini vd. M. Giagnacovo, Due "alimentazioni" del basso Medioevo: la tavola dei mercanti e la tavola dei ceti subalterni, in *Alimentazione e nutrizione. Secc. XIII-XVIII*, cit., pp. 827-828.
192) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 205.
193) *Ibidem*, p. 274.
194) "Proprietà di Mercato Vecchio" di Antonio Pucci, in M. L. Incontri Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., p. 112.
195) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 283.
196) *Le lettere di Francesco alla moglie Margherita*, cit., p. 200. Per l'uso del formaggio in casa Datini vd. M. Giagnacomo, Due "alimentazioni" del basso medioevo: la tavola dei mercanti e la tavola dei ceti subalterni, in *Alimentazione e nutrizione. Secc. XIII – XVIII*, p. 826; e I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., p. 246.
197) *Cibi e sapori nel mondo antico*, cit., p. 24.
198) G. Nigro, *Il tempo liberato*, cit., p. 234.

199) M. Giagnacovo, Due "alimentazioni" del basso Medioevo: la tavola dei mercanti e la tavola dei ceti subalterni, in *Alimentazione e nutrizione. Secc. XIII-XVIII*, cit., pp. 825-826.
200) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., p. 207; e pp. 47-48.
201) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., pp. 161-162.
202) Ser Lapo Mazzei, cit., vol. I, p. 402.
203) Archivio di Stato di Prato, 2000) T8 Spedali - Quaderno di spese minute.
204) *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco*, cit., p. 31.
205) G. Livi, *Dall'archivio di Francesco Datini mercante pratese*, Bologna, 1910, p. 33.
206) M. L. Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., p. 128.
207) L. Frati, *Libro di cucina*, cit., p. 68.
208) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., p. 49.
209) L. Frati, *Libro di cucina*, cit., pp. 69-73.
210) I. Origo, *Il mercante di Prato*, cit., p. 254.
211) P. Pinelli, *Le attività molteplici di un caciaiolo pratese alla fine del Trecento*, cit., appendice I, p. 32.
212) *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., pp. 244 e 246.
213) G. Bologni, *Gli antichi Spedali della "Terra di Prato"*, cit., vol. II, p. 71.
214) Lorenzo de' Medici, *Poesie*, Barbéra e Bianchi, Firenze1859, Trionfi e canti carnascialeschi: Canto de' Cialdonai, pp. 434-435; in M. L. Incontri Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit., p. 212.
215) F. Cardini, *Per una storia a tavola*, Firenze, 1994, pp. 50-51.
216) Doc. 28 in Glossario, *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita*, cit., p. 317.
217) G. del Turco, *Epulario e segreti vari*, cit., XLVIII e p. 86.
218) *Prato, storia di una città*, Ascesa e declino del centro medievale, cit., vol. I, tomo 1, S. Raveggi, Le condizioni di vita, p. 501.
219) G. Righi Parenti, *Dolcezze di Toscana*, Firenze, 2003, p.145.
220) Biblioteca nazionale centrale di Firenze, Ms. II, XI, 15, Illustrazione, in M. L. Lotteringhi della Stufa, *Desinari e cene*, cit..
221) Archivio di Stato di Prato, Datini 615, "Quadernaccio di Francesco di Marco proprio segnato B". 1404 -1408, A c. 264r "Torta Ginevra".
222) L. Frati, *Libro di cucina,* cit., p. 70; e G. del Turco, *Epulario e segreti vari*, cit., p. 88.

## BIBLIOGRAFIA

AGRESTI D.G.M., *Aspetti di vita pratese del Cinquecento*, Firenze, 1976.

*Alimentazione e nutrizione nei secoli XIII-XVIII.* Atti della "Ventottesima settimana di studi" (22-27 aprile 1996), a cura di S. Cavaciocchi, Firenze, 1997. Istituto internazionale di storia economica "F. Datini".

BENPORAT C., *Storia della gastronomia italiana*, Milano, 1990.

BOCCACCIO G., *Il Decamerone*, Roma, 1980.

BOLOGNI G., *Gli antichi Spedali della "Terra di Prato",* Firenze, 1995.

BOLOGNI G., *Gli antichi Spedali della "Terra di Prato"* – Lo Spedale della Misericordia, vol. II, Firenze,1995.

CARDINI F., *Per una storia a tavola*, Firenze, 1994.

CARRARA F. - MANNINI M.P., *Lo Spedale della Misericordia e Dolce di Prato*, Prato, 1993.

CECCHI E. (a cura), *Le lettere di Francesco Datini alla moglie Margherita (1385-1410)*, Prato, 1990.

CERRETELLI C., *Prato e la sua Provincia*, Prato, 1995.

CHERUBINI G. (a cura), *Prato, storia di un città. Ascesa e declino del centro medievale*, vol. I, tomi I e II, Firenze, 1991.

*Cibi e sapori nel mondo antico*, Livorno, catalogo per l'esposizione allestita nel Museo Archeologico nazionale di Firenze, 2005.

CIUFFOLETTI Z. - PINTO G., *Desinari nostrali. Storia dell'alimentazione a Firenze e in Toscana*, Firenze, 2005.

DA CERTALDO P., *Libro di buoni costumi*, Firenze, Lemonnier, 1945.

DE BARTHOLOMEIS V., *Laude drammatiche e rappresentazioni sacre*, vol. III, Firenze 1843, rist. Firenze 1967.

DE SIMONIS P., *Il cucinaio*, Firenze, 1995.

DEL TURCO G., *Epulario e segreti vari. Trattati di cucina toscana nella Firenze seicentesca (1602-1636)*, Bologna, 1992.

*Donna e alimentazione nella storia e nella cultura*, in CD-rom, Ministero per la Pubblica Istruzione - Direzione generale per l'Istruzione Professionale, 1998.

*Et coquatur ponendo… Cultura della cucina e della tavola in Europa dal Medioevo all'Età Moderna*. Istituto Internazionale di Storia Economica "F. Datini", Prato, 1996.

FACCIOLI E. (a cura), *L'arte della cucina in Italia*, Torino, 1981.

FIORELLI P., *Briciole della mensa di Francesco Datini*, "Archivio storico pratese", XXXII (1956), I-IV, pp. 25-31.

FIUMI E., *Sulle condizioni alimentari a Prato nell'età comunale*, "Archivio storico pratese", XLII (1966), I-IV, pp. 2-26.

FLANDRIN L. - MONTANARI M. (a cura), *Storia dell'alimentazione*, Roma-Bari, 1997.

FRATI L., *Libro di cucina*, Livorno 1899, rist. Bologna 1970.

GIANNI A., BALESTRERI M., PASQUALI A., *Antologia della letteratura italiana*, vol. I, Firenze, 1963.

GUASTI C. (a cura), *Ser Lapo Mazzei, Lettere di un notaro a un mercante del secolo XIV con altre lettere e documenti*, vol. I e II, Firenze, 1880.

GUERRINI O., *Frammento di un libro di cucina del secolo XIV*, Bologna, 1887.

*Immagini e sapori*, Calendario pratese 2001, Gruppo Bibliofili Pratesi "Aldo Petri".

INCONTRI LOTTERINGHI DELLA STUFA M.L., *Desinari e cene: dai tempi remoti alla cucina toscana del XV secolo*, Firenze, 1964.

*Itinerari Laurenziani*, dalla villa di Cafaggio alla villa di Poggio a Caiano attraverso l'area pratese, Prato, 1992.

LIMBERTI G., … *E col cacio non fare a miccino*, Prato, 2005.

LIVI G., *Dall'Archivio di Francesco Datini, mercante pratese*, Bologna, 1910.

MANNUCCI U., *Di castagne e d'altro*, Prato, 1998.

MALAPARTE C., *Il dorato sole dell'inferno etrusco,* Firenze, 1985.

MARCO POLO, *Il Milione*, Roma, 1981.

MARTELLOTTI A., *I ricettari di Federico II*, Perugia, 2007.

MAZZI C., *La mensa dei Priori a Firenze nel secolo XIV*, "Archivio storico italiano", s.V, XX, 1897.

MONTANARI M., "Medioevo", 7 agosto 1997, pp. 75-80.

MINIATI G., *Narrazione e disegno della terra di Prato di Toscana*, Firenze, 1596, ristampa anastatica, Prato, 1966.

MORPURGO S., *LVII Ricette d'un libro di cucina del buon secolo della lingua*, Bologna, 1890.

"La Nazione", 19 gennaio 1997.

NIGRO G., *Gli uomini dell'irco. Indagine sui consumi di carne nel basso Medioevo. Prato alla fine del '300*, Firenze, 1983.

NIGRO G., *Il tempo liberato. Festa e svago nella città di Francesco Datini,* Firenze, 1994.

NIGRO G. (a cura), *L'alimentazione in età preindustriale*, Ministero per la Pubblica Istruzione – Direzione generale per l'Istruzione Professionale, 1998.

NIGRO G. (a cura), *L'uomo e il mercante. Francesco di Marco Datini*, Firenze, 2010.

NUTI R., *La fiera di Prato attraverso i tempi*, Prato, 1939.

OMERO, *Odissea*, I grandi classici latini e greci, Milano 2000, rist. 2007.

ORIGO I., *Il mercante di Prato*, Milano, 1958.

PASQUINI A. (a cura), Comune di Prato, *Quaderni del Museo Civico 4*, Prato, 1994.

REBORA G., *La cucina medievale italiana tra Oriente e Occidente*, Genova, 1996.

REDON O., SABBAN S., SERVENTI S., *A tavola nel Medioevo*, Bari, 2001.

RIGHI PARENTI G., *Dolcezze di Toscana*, Firenze, 2003.

ROSATI V. (a cura), *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco, (1385-1410)*, Prato, 1977.

SACCHETTI F., *Il Trecentonovelle*, Roma, 1996.

SAN BERNARDINO DA SIENA, *Le Prediche volgari, 1427*, Siena, 1935.

STECCHETTI L., *La tavola e la cucina nei secoli XIV e XV*, Firenze, 1884.

SANTONI I., *Quando eravamo contadini, pastori e carbonai*, Poggibonsi, 1993.

SCULLY T., *L'arte della cucina nel Medioevo*, Alessandria, 1997.

VESTRI P. - MANNUCCI U., *Ratafià e Ghirighio*, Prato, 1982.

ZAMBRINI F., *Il libro di cucina del secolo XIV*, Bologna 1863, rist. Bologna 1968.

# INDICE